

Taith drwy'r Adfent: adnoddau ar y cyfryngau cymdeithasol i'w rhannu yn rhad ac am ddim

Wrth i ni nesu at gyfnod yr Adfent mae gan Gyngor yr Ysgolion Sul nifer o adnoddau y gellir eu rhannu ar eich tudalennau Facebook fel gofalaethau ac fel unigolion. Bydd hon yn ffordd hwylus o rannu'r newyddion da am obaith a goleuni'r Nadolig dros y we, a hynny mewn cyfnod o'r flwyddyn a all fod yn dywyll a diobaith i lawer.

Yn ystod y mis nesaf, cyhoeddir pum adnodd ar ein hamrywiol dudalennau Facebook y gallwch eu rhannu â'ch aelodau a'ch ffrindiau:

- Gair o Weddi – gweddi newydd bob dydd
- Beibl.net – adnod newydd bob dydd
- Emynu Gobaith – carol Gymreig draddodiadol bob dydd
- Cyngor Ysgolion Sul – myfyrdod a gweddi bob wythnos
- Cristogaeth Cymru / Beibl Byw – coeden Jesse

Bydd llawer yn gyfarwydd â'r syniad o goeden Jesse – cyfres o ddarlleniadau ac adnodau sy'n ein harwain yn ysbrydol at y Nadolig. Bob dydd cyhoeddir taflen i deuluoedd, gyda gweithgaredd a llun, a myfyrdod pwrpasol. Dyma enghraifft o'r un cyntaf isod:



Porthi'r Pum Mil
Tudalen 2

Diwrnod 01

DARLLEN:

Eseia 11:1-2: Cangen Fechan
Ond bydd brigyn newydd yn tyfu o foncyff Jesse,
a changen ffrwythlon yn tyfu o'i wreiddiau.

Bydd ysbryd yr ARGLWYDD yn gorffwys arno:

ysbryd doethineb rhyfeddol,
ysbryd strategaeth sicr,
ysbryd defosiwn a pharch at yr ARGLWYDD.

GWRANDEWCH:

Amser maith yn ôl, gorfodwyd pobl yr Arglwydd i adael eu cymdogaeth ac anfonwyd hwy i fyw yn rhywle arall. Roedd bywyd yn galed ac yr oedd eu cymdogion newydd yn gas. Nid oedd pobl yr Arglwydd yn garedig chwaith. Roedd fel nad oedd unrhyw un yn malio am neb ond nhw eu hunain. Roedd rhai plant bach heb rieni, a doedd neb yn gofalu amdanynt. Roedd rhai pobl oedrannus heb deulu a doedd 'na neb yn galw i'w gweld.

Roedd Duw wedi cael digon ar yr ymddygiad yma. Mae'n gofalu am bobl ac mae eisiau iddynt hwythau ofalu am ei gilydd! Felly dywedodd wrth ei bobl ei fod am ddod â hyn i ben, yn union fel petaech yn torri coeden anferth i lawr. Cyn gynted ag y mae'r goeden yna wedi ei thorri, dyna'r diwedd. Mae'n stopio tyfu.

Ond addawodd Duw: bydd cangen fechan yn tyfu o fonyn marw'r goeden. Byddai blaguryn yn dechrau tyfu. Ni fyddai pethau'n farw wedyn.

Prinder a llawnder
erbyn Dolig 21
Tudalen 4

Carolau Gobaith

**Dyma Geidwad i'r colledig,
Meddyg i'r gwywedig rai;
dyma un sy'n caru maddau
i bechaduriaid mawr eu bai;
diolch iddo
byth am gofio llwch y llawr.**

Morgan Rhys



Iesu ydi'r gangen fechan yna Mae'n dod o fonyn coeden ei hen gyndad, Jesse. Yn ystod gweddi yr Adfent rydym am glywed mwy o straeon am bobl yn hanes teulu'r Iesu a'r modd y gwnaethant helpu Duw i ddod â bywyd newydd i'w bobl.

YSTYRIWCH:

Ydych chi erioed wedi gweld blaguryn newydd yn tyfu o hen goeden? Sut mae eich calon yn teimlo pan ydych yn gweld planhigion newydd yn tyfu yn y gwanwyn?

GWEDDŪWCH:

Arglwydd, rwyt yn rhoi gobaith i ni. Diolch am roi Iesu i ni fel tyfiant newydd yn y gwanwyn. Roi di gymorth i roi sylw iddo yn ystod yr Adfent yma? Amen.

Digon o ddewis felly – y cyfan yn rhad ac am ddim! Gobeithio y medrwn ni i gyd fanteisio ar yr adnoddau hyn dros gyfnod yr Adfent, gan geisio llenwi Facebook a Twitter efo gobaith a goleuni geni Iesu yn Waredwr y byd.

Ffydd a Diwylliant
laith a pherthyn
Tudalen 5

Porthi'r Pum Mil



Y Parch Evan Morgan gyda'r rhai ymunodd ag ef yn Encil y Llywydd yn Nhrefeca

O fore gwyn tan nos roedd yr haul yn tywynnu ddydd Iau, 4 Tachwedd. Ac roedd harddwch y greadigaeth yn llonni calon pob un o'r 22 a ddaeth ynghyd i Goleg Trefeca y bore hwnnw i ymuno â Llywydd y Cyfundeb, y Parch Evan Morgan, mewn encil.

Testun

Ffocws yr encil oedd fersiwn Marc o borthi'r pum mil a welir ym mhennod 6 o'r efengyl. A rhoddwyd sylw arbennig i adnod 38, 'Pa sawl torth sy gennych? Ewch i edrych.'

Dehongli

Yn ei gyflwyniad rhoddodd Evan y wyrth yn ei chyd-destun hanesyddol a chyflwynodd nifer o esboniadau posibl am yr hyn a ddigwyddodd. Yn eu plith fe esboniodd fod gweithred y bachgen yn agor ei ysgrepan a chyflwyno'i bum torth a'i ddau bysgodyn i'r rhai hynny o'i gwmpas a oedd heb ddim bwyd wedi ysgogi cannoedd o rai eraill, oedd yn cario ychydig o fwyd, i ddilyn ei esiampl.

Ym mhob oes fe fyddai hynny, wrth gwrs, wedi bod yn wyrth ynddi ei hun!

Rhannu

Wrth ymateb i sylwadau Evan fe dystiodd sawl un o'r encilwyr fod gwrthiau'n

parhau i ddigwydd, ond efallai nad mewn dull mor ddramatig â phorthi'r pum mil! Pwysleisiodd Evan ein bod, o fewn byd ac eglwys, yn gyfoethog ein hadnoddau (yn berchen ar bum torth a physgod). Ond tybed a ydym erbyn hyn yn ddigon bywiog a brwdfrydig i grwydro'r tu allan i ddrysau ein haddoldai i edrych ac i chwilio ('Ewch i edrych') am y rhai sydd angen eu cynnal yn gorfforol ac yn ysbrydol yn ein cymunedau a chynnig iddynt ein 'torthau a'n pysgod'? Onid hon yw'r her sy'n ein hwynebu ni fel eglwys yn yr unfed ganrif ar hugain?

Myfyrio a chymuno

Yn dilyn toriad am ginio fe'n harweiniwyd i orig o dawelwch. Cafwyd cyfle i fyfyrion ar yr hyn a drafodwyd yn y bore, a chynigiwyd sawl gweddi yn ystod y cyfnod tawel hwn i ofyn am arweiniad Duw i'n cynorthwyo yn y gwaith o ledaenu ei deyrnas.

Arweiniodd hyn ni at Fwrdd y Cymun, ac yno fe wnaeth Evan ein hatgoffa ni, yn gyntaf, fod Duw bob amser yn tosturio wrth ei bobl, fel y dengys y weithred hon o'i eiddo yn porthi'r pum mil ohonynt. Yn ail, mae Duw yn trosglwyddo'i ddaioni a'i dosturi i'w bobl ym mhob oes ac, yn ein tro, ein dyletswydd ninnau yw trosglwyddo'r daioni a'r tosturi hwnnw

i'r gymuned yr ydym yn rhan ohoni. Ac yn olaf, ar ôl bod yng nghwmni'r Iesu a thystio i'w dosturi roedd y dyrfa yn gadael glan y llyn yn tywynnu'n ddisglair.

Bydded i ninnau hefyd dywynnu yn ein gwahanol gymunedau a cheisio, yn ein ffyrdd ein hunain, 'ddisgleirio ei ogoniant Ef i eraill'.

Glyn Williams

Deall yr Adfent

Ni sylwodd neb, na deall chwaith, beth gyflawnodd Duw yn y stabl ... Felly mae Duw yn dangos nad yw'n talu unrhyw sylw o gwbl i'r hyn yw'r byd, na'r hyn mae'r byd yn ei feddiannu, nac yn medru ei wneud; ac ar y llaw arall mae'r byd yn profi nad yw'n gwybod dim o gwbl, ac nad yw'n talu unrhyw sylw o gwbl i'r hyn yw Duw, na'r hyn sydd ganddo, na'r hyn mae'n ei wneud. Edrychwch, dyma'r arwydd (symbol) cyntaf trwy yr hwn y mae Crist yn dwyn cywilydd ar y byd, ac mae'n dangos [h.y. yr arwydd] ei fod yn wrthun i ni, a bod doethineb pennaf [y byd] mewn gwirionedd yn ffolineb, a'i gyflawniad pennaf yn gamwedd, a'i ddaioni pennaf yn ddrygioni ysgeler.

Luther

S4C

Dechrau Canu, Dechrau Canmol

Sul, 28 Tachwedd, am 7.30yh (ai ddarllendir y Sul canlynol am 11.30yb)

Ar ddechrau cyfnod yr Adfent, bydd Lisa yn cwrrdd â'r Parch Stuart Elliott yn Eglwys y Santes Fair, Betws-y-coed, i ddysgu mwy am bwysigrwydd y gannwyll yn ystod y cyfnod arbennig yma.

Am gopi digidol o gylichlythyr mis Tachwedd, cliciwch ar y ddolen:

<https://spark.adobe.com/page/oucfKNip3L8Cr/>

BBC radio cymru

Sul, 28 Tachwedd – Caniadaeth y Cysegr, 7:30yb a 4:30yb

Modlen Lynch fydd yn cyflwyno'r emynau ac yn trafod cyfraniad merched i'n hemynyddiaeth

Sul, 28 Tachwedd, Sul Cynta'r Adfent – Oedfa Radio Cymru, 12:00yp

Mae Suliau'r Adfent yn gyfle i ni ymweld â rhai o'r gwledydd Celtaidd, gan ddechrau ag oedfa dan arweiniad Sarah Rowland Jones, deon Tyddewi.

Cyhoeddi dwy gyfrol am fywyd a gwaith y seiciatrydd adnabyddus David Enoch

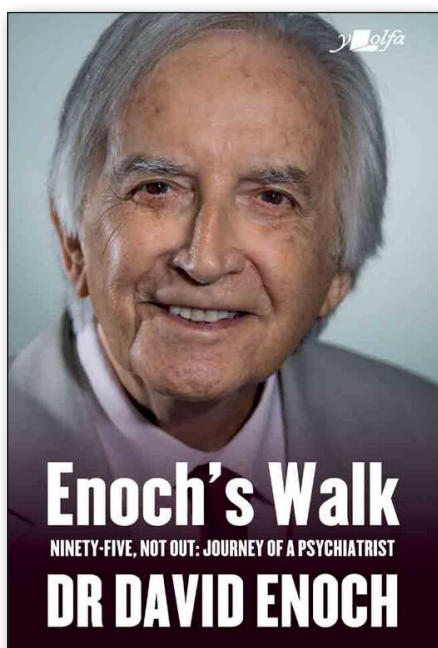
Hanes taith bywyd unigryw

Yn 95 mlwydd oed, mae'r seiciatrydd Dr David Enoch, sy'n adnabyddus ledled y byd, newydd gyhoeddi ei hunangofiant. Mae *Enoch's Walk - Ninety Five Not Out: Journey of a Psychiatrist* yn cofnodi hanes bywyd rhyfeddol y seiciatrydd Cristnogol. Manylir ar bum brif elfen ei fywyd, fel meddyg, seiciatrydd, pregethwr, darlledwr ac awdur – gan ddechrau â'i wreiddiau yn Sir Gaerfyrddin. Mae Dr David Enoch wedi bod ar flaen y gad gyda digwyddiadau cymdeithasol, crefyddol a meddygol, sy'n gwneud y cofnod hwn o lygad y ffynnon yn un pwysig yn hanes yr unfed ganrif ar hugain. Ar ben hynny, mae'n adrodd stori ei fywyd yn ddflewyn ar dafnod. Mae'n disgrifio'i hun fel un sy'n benderfynol o bontio'r bwlch rhwng ffydd a meddygaeth.

Yn *Enoch's Walk* mae'n cofio taith annisgwyl i India, lle cafodd ei leoli yn ystod yr Ail Ryfel Byd. Mae'n cofio sefyll ac edrych ar dirlun syfrdanol mynyddoedd gogledd-orllewin India yn 1945 ac yntau ar y pryd yn 18 oed, yn Gristion angerddol oedd newydd ddod o'r pentref lle y'i magwyd, sef Pen-y-groes, ger Rhydaman, yn fab i löwr o orllewin Cymru.

Ar ôl pedair blynedd yn India, dychwelodd i Gymru ac fe wnaeth benderfyniad a gafodd effaith fawr ar ei ddyfodol. Derbyniodd gyngor gan ddau fentor – Tom a Rae, prifathro a phennaeth ieithoedd modern yr ysgol ramadeg. Fe welodd y ddau yr effaith a gafodd profiadau India arno ef a'i ffrindiau ac awgrymu iddo mai meddygaeth fyddai'r dewis gorau iddo, yn hytrach na hyfforddi i fod yn weinidog.

Fe gymhwysodd Dr David Enoch fel meddyg yn Ysbyty St Thomas, Llundain. Yn dilyn hyn



aeth ymlaen i ddilyn gyrfa ddisglair mewn seiciatreg ac roedd yn flaenllaw yn y gwaith o geisio dynoli'r maes. Mae wedi bod yn llais amlwg a chyson dros gael cydnabyddiaeth a thriniaeth briodol i rai sydd â salwch meddwl.

Diolch am destun diolch

Yn ddiweddar hefyd cyhoeddwyd *Meddyg y Galon Glwyfus: Gofal am Iechyd Meddwl, a Chymwynas Fawr Dr David Enoch* gan Robin Gwyndaf.

Meddai'r awdur:

Un rheswm paham y dewisais roi diwyg hardd i'r gyfrol, beth bynnag y gost, yw oherwydd mai 'diolch am destun diolch' yw'r brif thema. Yn wir, dyna bennawd hanner cyntaf y llyfr. Rhoddion prydfwrth iawn yw iechyd y corff a'r meddwl: tawelwch meddwl, tangnefedd. A gweithgarwch hardd iawn yw cael diolch am y rhoddion anghymharol hyn. Onid y llenor mawr o Rwsia Fyodor Dostoevsky a ddywedodd mai 'prydfwrthwch fydd yn achub y byd'?

Diolch yw'r ddolen aur sy'n cydio pob rhan o'r gyfrol hon ynghyd. Diolch am bob gofal a chariad, yn arbennig yn y cyfnod pryderus hwn – gan feddygon, seiciatryddion a chwmselwyr; gweinidogion, offeiriadaid a chaplaniaid; holl weithwyr y Gwasanaeth Iechyd; caredigion sy'n gofalu'n dyner o ddydd i ddydd am eu hanwyliaid yn eu cartrefi; cymwynaswyr rif y gwllth; a myrdd o asiantaethau dyngarol. Pawb, yn wir.

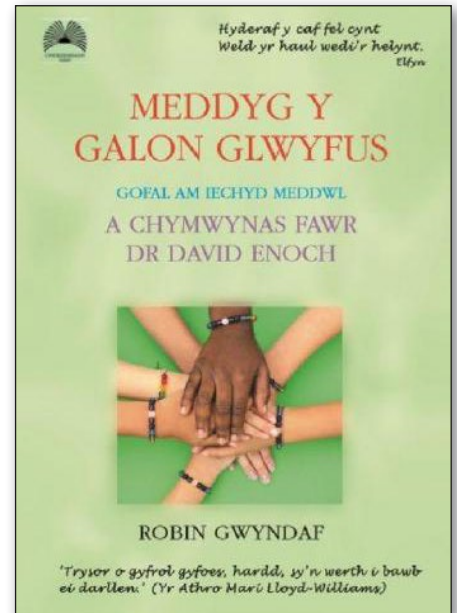
Mae ail hanner y gyfrol yn cynnwys teyrnged i'r seiciatrydd enwog y Dr David Enoch, Caerdydd, teyrnged sy'n seiliedig ar bortread ei frawd yng nghyfraith, Malcolm T Rees, Rhydaman.

Mae Dr Enoch yn awdur nifer fawr o erthyglau a chyfrolau adnabyddus, rhai ohonynt wedi'u cyfieithu i sawl iaith. Cafwyd 11eg argraffiad o'i gyfrol *Healing the Hurt Mind: Christian Faith and Clinical Psychiatry* (1983), ac ym mis Ionawr 2021 cyhoeddwyd pumed argraffiad o gyfrol a ystyrir yn un o glasuron y byd meddygol: *Uncommon Psychiatric Syndromes* (argraffiad 1af, 1967).

Yr un modd, gwerthfawr iawn yw ei unig gyfrol Gymraeg: *Y Deg Gorchymyn Heddiw ac Erthyglau Eraill* (Cyhoeddiadau'r Gair, 2014). Yn ogystal â'r erthyglau crefyddol â'u neges gyfoes, ceir yn y gyfrol bwysig hon amryw erthyglau sy'n ymwneud â seicoleg a seiciatryddiaeth, cyfraniadau arloesol, yn arbennig yn y Gymraeg. Mae un ohonynt, er enghraifft, yn cynnwys sylwadau treiddgar ar nofel Kate Roberts, *Tywyll Heno*.

Ychwanegodd yr awdur:

Yn rhan gyntaf *Meddyg y Galon Glwyfus*, hyfrydwch arbennig i mi oedd cael



cyflwyno hefyd bortreadau byrion, ynghyd â lluniau, o nifer o feddygon a seiciatryddion ardderchog iawn o Gymru y mae ein dyled iddynt yn fawr. O blith cymwynaswyr eraill y cefais y fraint o sôn amdanynt y mae Wynford Ellis Owen a Carol Hardy, Stafell Fyw Caerdydd; Pamela Evans, Treforys, sefydlydd Heddwch Mala i blant Cymru; a Rhian Evans, Caerfyrddin, a'i gwasanaeth amhrisiadwy i'r deillion, fel yr adroddir amdano ganddi yn ei chyfrol ddiweddar: *Siarad Cyfrolau: Speaking Volumes* (Llyfrau Llafar Cymru, 2021).

Mewn un adran o'r gyfrol rwy'n diolch am y fendith fawr a brofais innau o gael cyfle i wneud fy rhan fechan yng Nghaerdydd a'r cyffiniau i gynorthwyo'r anghenus. Gan gydweithio ag Eleri, fy mhriod, fy mraint fu gofalu am y digartref ac ymgyrchu ar ran carcharorion cydwbybod mewn llawer gwlad sy'n parhau, er mawr gywilydd iddynt, â'r arfer farbaraid o boenydio.

Gwneir apêl ddwys yn y gyfrol hefyd ar i Lywodraeth Prydain roi'r flaenoriaeth i'r Gwasanaeth Iechyd ac i ymchwil meddygol, yn hytrach na gwario biliynau lawer ar filitariaeth ac arfau rhyfel a niwclear. Yng ngeiriau Pryderi Llwyd Jones:

Nid bomiau i ladd,
Ond iechyd i'r claf.

Wedi talu'r costau, dosberthir unrhyw elw o werthiant y llyfr hwn rhwng dau achos arbennig o deilwng: y Stafell Fyw yng Nghaerdydd, a Gofal Dydd Waengoleugoed, ger Llanellwly, gyda'r Athro Mari Lloyd-Williams, Prifysgol Lerpwl, yn brif ysgogydd.

Enoch's Walk - Ninety-five Not Out: Journey of a Psychiatrist gan Dr David Enoch (clawr meddal, 368 tt; £14.99; Y Lolfa)

Meddyg y Galon Glwyfus: Gofal am Iechyd Meddwl, a Chymwynas Fawr Dr David Enoch gan Robin Gwyndaf (clawr caled; 231 tt; £15, â phob copi wedi'i rifo; Cyhoeddiadau'r Gair)

Prinder a llawnder erbyn Dolig 21

Mae llawer iawn o sôn wedi bod am brinder yn yr wythnosau a'r misoedd diwethaf wrth feddwl am Nadolig 2021: prinder tanwydd, prinder nwyddau oherwydd problemau gyda chadwyn cyflenwi rhwng gwledydd; prinder gweithwyr ar y tir a phrinder CO₂ yn achosi prinder cig a ffowls. Mae prinder gyrwyr lorïau mawr HGV. Mae prinder sglodion cyfrifiadurol yn golygu y gall fod prinder mewn rhai teganau. Fe benododd Prif Weinidog Prydain Syr David Lewis (cynbennaeth Tesco) i gynghori ar gadwyni cyflenwi. Oherwydd hynny, fe gasglodd un pŵl piniwn fod tua 60% o bobl Prydain yn poeni am y prinder a'r diffygion ar gyfer y Nadolig hwn.



Llun: www.flickr.com/photos/darkwarf/49670396426

Canolbwynt llawnder

Mor braf yw gallu dweud bod yr Efengyl yn cyhoeddi llawnder diderfyn i ni yn yr Arglwydd Iesu Grist. Dyma rai adnodau sydd yn ein hatgoffa o hyn:

A daeth y Gair yn gnawd a phreswyllo yn ein plith, yn llawn gras a gwirionedd; gwelsom ei ogoniant ef, ei ogoniant fel unig Fab yn dod oddi wrth y Tad. (Ioan 1:14)

O'i gyflawnder ef yr ydym ni oll wedi derbyn gras ar ben gras. (Ioan 1:16)

Oherwydd gwelodd Duw yn dda i'w holl gyflawnder breswyllo ynddo ef. (Colosiaid 1:19)

Oherwydd ynddo ef y mae holl gyflawnder y Duwdod yn preswyllo'n gorfforol. (Colosiaid 2:9)

Llawnder yr Anfeidrol

Y llawnder sydd yn Iesu Grist yw llawnder Duw, gan ei fod Ef yn Dduw o dragwyddoldeb ac yn Dduw gyda ni, Emaniwel. Mae Ioan yn dweud wrthym mai 'Duw oedd y Gair'. Gan fod Duw yn dragwyddol ac yn anfeidrol, y tu hwnt i bob mesur dynol, does dim mesur ar gyflawnder Iesu Grist, o ran ei berson a'r gwaith a gyflawnodd er ein mwyn ni. Doedd dim prinder ynddo o ran ei allu i orffen ei waith ar y ddaear ac i gario mlaen â'i waith yn y nef tan y diwedd.

Prinder a llawnder

Daeth i fod yn Adda arall, yn gynrychiolydd a phen dynoliaeth arall, fel roedd Adda ar y dechrau. Tristwch hanes yr Adda cyntaf oedd iddo fethu, a syrthio i bechod. Y broblem oedd ei brinder: prinder cariad a ffydd yn Nuw; doedd e ddym yn ei drystio ddigon i beidio â gwneud beth roedd Duw wedi ei wahardd. Oherwydd ei drosedd, daeth pechod i ni i gyd, a marwolaeth, a phellter oddi wrth Dduw.

Ond doedd dim prinder yn yr Adda diwethaf! Roedd yn caru'r Tad ac yn ufudd iddo yn ei holl fywyd. Llwyddodd i fyw bywyd cyfiawn ac ufudd, ac offrymodd ei fywyd ar y groes dros ei bobl. Am ei fod yn marw fel Duw-ddyn, roedd gwerth ei aberth yn dragwyddol – y tu hwnt i bob mesur:

y ddraig a 'sigwyd gan yr Un,
cans clwyfwyd dau, concwerodd un,
a Iesu oedd efe.

Cyflawnder

Does dim math o bechod na all ei lanhau a'i olchi bant. Does dim rhif o bechodau ynom na all y gwaed gwerthfawr eu symud. Does dim cyfyngder amser i werth yr aberth yn ein lle chwaith. Mae rhinwedd aberth lawinol Iesu Grist yr un mor llawn a nerthol yn 2021 ag y bu erioed.

Roedd ei farwolaeth yn daliad â gwaed dwyfol i brynu gras, ffafr, bywyd tragwyddol i rai fel ni. Talodd ein dyledion i gyd, cymerodd gosb, mellthith a digofaint Duw yr oedd ein pechod ni yn ei haeddu. Does dim angen poeni na fydd gwerth aberth y groes yn glanhau pechadur sy'n ymddiried yn Iesu Grist y Nadolig yma!

Mae ynddo'i hunan drysor mwy
nag sy'n yr India lawn;
fe brynodd imi fwy na'r byd
ar groesbren un prynhawn.

Fe brynodd imi euraid wisg
drwy ddiodeff marwol glwy',
a'i angau ef a guddia 'ngwarth
i dragwyddoldeb mwy.

Roedd llawnder ei fywyd glân a'i aberth yn hen ddigon i brynu gwisg cyfiawnder i bob un sy'n credu ynddo. Wrth edifarhau a chredu yn Iesu Grist a'i aberth, fe gawn ein gwisgo â'i gyfiawnder prydferth Ef, a chael dod yn ôl yn agos at Dduw y Tad, cael ein derbyn yn llawn, a chael heddwch gyda Duw am byth. Does dim angen i neb boeni eleni fod prinder gwisgoedd hardd ar eu cyfer i ddod yn iawn gyda Duw!

Y mae prawf hanesyddol fod marwolaeth Crist yn ddigon – oherwydd yr atgyfodiad ar y trydydd dydd. Cafodd ei godi o'r bedd, ac yna cafodd ei godi i'r nef, i gynrychioli ei bobl, pob un sy'n credu ynddo. Am ei fod wedi cael ei dderbyn i'r nef, gallwn fod yn siŵr y daw bendithion Duw i lawr i ni, a dyna pam y cafodd yr Ysbryd Glân ei anfon ar ddydd y Pentecost. Ac mae'r Ysbryd yn dal ar waith heddiw yn dod â bendithion ysbrydol y nef i bobl Iesu Grist.

Os mai Iesu Grist yn y nef yw stôr gras Duw ar ein cyfer, fydd y storws byth yn wag! Ac os mai'r Ysbryd Glân yw'r 'gyrrwr lorri' sy'n cario gras Duw i ni, ar sail addewidion y Beibl, Gair Duw, does dim angen i ni boeni y bydd prinder gras y Nadolig hwn!

Y mae trysorau gras
yn llifo fel y môr,
mae yn fy annwyl Frawd,
ryw gyfoeth mawr yn stôr.

Felly,

Wyt ti angen gras i edifarhau a chredu yn Iesu Grist am y tro cyntaf?

Wyt ti angen gras i lynu wrth Iesu Grist ac aros ynddo?

Wyt ti angen gras i ddal ati yn y ras fel Cristion er gwaethaf y llithro, y treialon, y stormydd a rhywfaint o erlid, efallai?

Wyt ti angen gras i ymladd yn erbyn pechod a drygioni?

Wyt ti angen gras i ddal ati i wasanaethu'r Arglwydd a'i bobl yn 2022?

Tyrd at Iesu Grist, pwysa'n llwyr arno, gwna ddefnydd o foddion gras Duw – gwrando a darllen Gair Duw, cymdeithas pobl Dduw mewn addoliad ac adeiladaeth, Swper yr Arglwydd a'r gweddïau – i wneud yn siŵr dy fod yn llawn o ras Duw. Gofyn am y gras sydd ei angen arnat – mae digonedd i'w gael!

*John Treharne
Llwynhendy*

Ffydd a Diwylliant

Iaith a pherthyn

Dyma'r agosaf ddo' i byth at ysgrifennu colofn chwaraeon. Llawn cystal ei galw'n ddameg, efallai!

Tra dwi'n eistedd wrth fwrdd y gegin yn ysgrifennu hwn, mae gweddill y teulu yn yr ystafell fyw yn gwylio Cymru yn chwarae pêl-droed (yn erbyn Gwlad Belg, dwi'n credu).

Dwi'n codi'n achlysurol wrth i lefel y sŵn ar y soffâ gynyddu (mae Kieffer Moore newydd sgorio i'w gwneud hi'n 1-1) ond dyna hyd a lled fy niddordeb heno.

Mae mwy na dedlein y golygydd yn egluro pam fy mod wedi fy esgymuno i'r gegin gefn. Dwi ddim yn deall pêl-droed ryw lawer.

Gallaf fwynhau emosiwn y gemau mawr cymaint â neb, am wn i – cyffro gêm agos a gorfoledd gweld Cymru'n ennill. Ond alla i ddim mwynhau prydferthwch technegol gemau cyffredin.

Mae'r sylwebwyr yn gwirioni gormod ar eu lleisiau eu hunain, yn gwneud dim ond gwirioni ar eu jôcs jycôs a'u clyfrwch geiriol eu hunain ac yn treulio awr a hanner yn rhaffu ystrydebau. Rhyw glwb preifat ydy hwn nad ydw i'n sicr yn perthyn iddo fo.

Yn yr un modd, mae'r arbenigwyr all gofio pob gôl a phob cam gwag a phob munud o bob gêm yn drech na fi, heb sôn am gofio pob chwaraewr sydd wedi chwarae i'w clwb, a'u tadau a'u teidiau.

Does gen i mo'r ymroddiad (na'r cyfri banc) sydd gan lawer o fy ffrindiau gorau i ddilyn eu tim neu eu gwlad i'w gweld nhw'n colli (eto)

(ac eto). Dwi'n edmygu eu ffyddlondeb; mae'n arwrol. Dwi'n sylweddoli hynny. Ond alla i ddim.

Ches i ddim o fy magu yn sŵn y gêm. Doedd gen fy nhad ddim ymlyniad iddi a doedd gen i ddim brodyr chwaith. Felly does gen i ddim hanes; alla i ddim dweud, 'Dwi'n cefnogi Leeds ers 1977' a does gen i ddim hiraeth am y Vetch – er i mi fod yn unwaith.

Does gen i mo'r eirfa na'r ddealltwriaeth o'r rheolau i drin a thrafod y gêm. Dwi'n genfigennus o bobl a all gerdded i mewn i stafell, mewn unrhyw wlad bron, cyfarfod dieithryn a thrafod pêl-droed. Wrth wrando arnyn nhw wrthi, dwi'n teimlo fel petawn i'n gwranddo ar sgwrs mewn iaith dwi'n ei dysgu.

Dwi'n ymwybodol fod pethau'n newid. Dwi'n sylweddoli bod gêm y merched yn cael mwy a mwy o sylw a mwy a mwy o ferched yn dilyn ac yn trafod pêl-droed yn awdurdodol. Roedd un yn sylwebu'n ddiweddar a'i gallu i egluro yn syml, nid yn unig be ond pam fod pethau'n digwydd ar y cae, wedi dal fy niddordeb am gyfran dda o'r gêm. Iaith syml, angerdd tawel a dawn athro. John Hartson yn un arall. Mae angerdd fy ngwraig a mhlant yn cael effaith arna i; dwi'n mynd â'r plant i'w gêmâu nhw bob Sadwrn, ond go brin y gwelwch chi fi ar y teras mewn glaw mawr ac oerfel chwaith.

Mae cyffro o flaen y teledu, a dwi wedi cael digon o fod ar ben fy hun. A' i draw i weld?

[1-1 oedd hi. Canlyniad da, mae'n debyg. Pryd mae'r gêm nesa, tybed?]

Arwel Rocet Jones



Llun: Yfema Reyes/Junspilach

Dathlu yng Nghapel Clapham Junction

Cynhaliwyd gwasanaeth teuluol arbennig fore Sul, 7 Tachwedd, i ddathlu sefydlu'r achos yn Clapham Junction yn 1896. Roedd y cyfarfod o dan lywyddiaeth ein Gweinidog, y Parch Richard Brunt, a draddododd yr anerchiad. Ymhlith y rhai a gyflwynodd y rhannau arweiniol yr oedd Miriam Watling, sydd newydd ddechrau yn ei swydd fel Galluogwr Ymestyn Allan i Eglwysi Cylch Llundain. I ddechrau'r gwasanaeth, canwyd yr emyn 'Wele deulu d'eglwys, Iesu' gan

y Parch Geoffrey Davies, cyn-weinidog yr eglwys.

Cawsom gyflwyniad hyfryd ar ffurf drama gan blant yr Ysgol Sul yn sôn am yr ymgyrch gan yr aelodau i godi arian i leihau'r ddyled yn dilyn adeiladu'r capel. Cynhaliwyd basâr anferth ar y cyd â chapeli eraill yn Caxton Hall dan nawdd Margaret Lloyd George, oedd yn aelod yn Clapham. Yn ei anerchiad, soniodd Hywel Thomas, yr Ysgrifennydd, am yr uchafbwyntiau a'r problemau (megis y pandemig Covid) ym mywyd y capel.

I gloi'r gwasanaeth, cawsom ddatganiad o'r emynau 'Calon Lân' a 'Llef' gan Gôr

Meibion Clwb Rygbi Cymry Llundain. Roedd yn bleser croesawu cyn-aelodau, plant yr eglwys a chyfeillion o gymuned Cymry Llundain i'r dathliad. Yn ystod y gwasanaeth, ymunodd y gynulleidfa i gyd drodd geiriau ysbrydoledig emyn Peter M. Thomas (Rhif 154, *Caneuon Ffydd*) sy'n crynhoi naws y cyfarfod:

Cerddwn ymlaen i'r yfory,
chwifiwn faner yn y gwynt,
seiniwn glod am a gafwyd,
am fendithion dyddiau gynt;
am y rhai fu yma'n sefyll
ac yn brwydro dros y gwir
seiniwn glod a cherddwn ymlaen.



Tywysog Tangnefedd mewn Byd o Ryfeloedd

Wrth arwain at dymor yr Adfent, fe fyddwn yn cyflwyno cyfres o fyfyrddodau o'r gyfrol The Prince of Peace in a World of Wars gan David Kerrigan (llyfr Adfent y BRF) yn ganllaw ar gyfer astudiaeth a thrafodaeth mewn grŵp bychan ac ar gyfer myfyrdod personol. Hyd 2017 David Kerrigan oedd Cyfarwyddwr Cyffredinol Cenhadaeth Fyd-eang y BMS (Cymdeithas Genhadol y Bedyddwyr).

4 Deall Heddwch

Shalom a dibenion y nefoedd

Darllyn: Luc 2:8-14

Ar 14 Chwefror 1990, fe dynnodd y llong ofod Voyager, a lanswyd 13 mlynedd ynghynt, lun o'r Ddaear o bellter o 3.7 biliwn o filltiroedd. Daeth y ffotograff yn enwog fel 'The Pale Blue Dot', gan ein hatgoffa bod y byd helaeth a hyfryd hwn yr ydym yn byw ynddo, yng ngeiriau'r seryddwr Carl Sagan, 'yn ddim ond llygedyn o lwch wedi'i ddal ym mhelydr yr haul'.

Un o'r heriau inni fel bodau dynol yw ein bod yn aml yn cael anhawster i ddal gwirioneddau sy'n ymddangos fel petaent yn gwrthdaro gyda'i gilydd. Fe geir gwirionedd absoliwt ein harwyddocâd o fewn creadigaeth Duw, ond hefyd y gwirionedd darostyngol hwnnw ein bod yn gorfforol ddibwys o'i mewn. Mae yna fawredd na ellir ei wadu, ond hefyd fychander yn yr un modd. Gallwn greu harddwch anhygoel ond rydym hefyd yn awduron erchyllterau annisgrifiadwy. Gallwn ddangos meistrolaeth dros y bydysawd, ond eto'n analluog i feistroli ein calonnau a'n meddyliau ein hunain.

O fewn y tensiynau hyn yr ydym yn byw ac yn mwynhau eiliadau tawel o heddwch. Ond rydym bob amser yn ymwybodol o'r tueddiad i'r heddwch hwnnw gael ei chwalu gan ymyriadau creulon realiti llymach. Yn y lleoedd hyn gallwn gael ein temtio i ddod o hyd i gornel dawel feudwyol lle gallwn guddio a mwynhau ein heddwch cyfrin, llonydd ein hunain. Er hynny, dim ond ar draul cau'r drws ar leisiau eraill sy'n ein cynhyrfu, ond sydd hefyd yn dymuno cael eu cyfran o'r un heddwch hwnnw, y gallwn wneud hynny. Maent yn gofyn am fy ymgysylltiad ysbrydol a moesegol yn y broses o'u helpu i sylweddoli'r heddwch hwnnw. Efallai mai dim ond un man byw ydym ni ar y dot glas gwelw hwnnw, ond rydyn ni wedi cael ein creu yn y fath fodd fel y gallwn ni, yn ein adegau gorau, ddeall a chofleidio ein cyfrifoldebau ehangach o'i fewn.

Er mwyn cyflawni hyn, mae'n rhaid i ni fyw ar ddau ben y sbectrw. Rydym yn byw mewn un man lle mae heddwch yn fater i fy enaid, er fy lles i, ar gyfer fy 'yma ac yn awr'. Mae'r heddwch hwn, fel y gwelw eisoes, wedi'i rwymo'n rhan annatod o'm

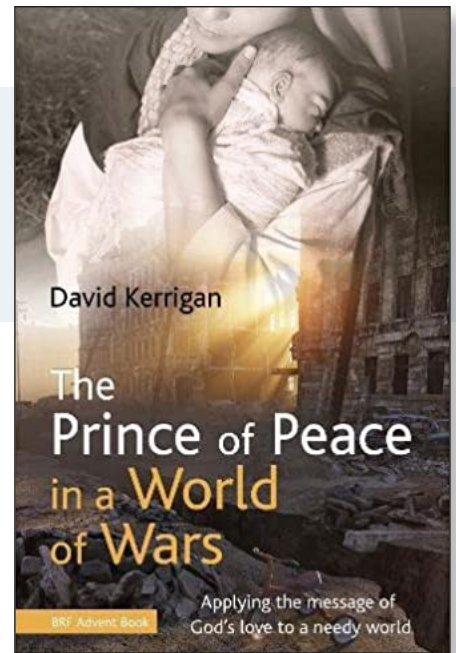
perthynas â'r Duw a'm creodd yng Nghrist Iesu. Ond nid rhywbeth personol i mi yn unig yw heddwch; nid yw hyd yn oed yn unig ar gyfer fy nheulu neu fy nghymuned. Mae ar gyfer y byd yr ydym yn byw ynddo, ac yn ein munudau mwyaf eang mae ein meddyliau'n gwibio'r tu hwnt i'r dot glas gwelw a gallwn hyd yn oed ystyried sut y gall y cosmos ei hun ddod o hyd i heddwch newydd.

Os ydych chi wedi dod i'r tymor hwn o'ch bywyd yn ceisio heddwch, rwy'n gobeithio ac yn gweddio y bydd y llyfr hwn, mewn rhyw ffordd fechan, yn eich helpu i ddod o hyd iddo neu ei gadw neu efallai ei ddatblygu. Ond os yw ein dealltwriaeth o heddwch yn parhau i droi o'n cwmpas ein hunain a'n hanghenion ein hunain, byddwn wedi methu. Mae heddwch Duw sydd uwchlaw pob gwybod, uwchlaw dealltwriaeth pawb, yn rhywbeth sy'n cwmpasu'r greadigaeth gyfan, pob atom a moleciwl, pob dyn a dynes, pob anifail a phlanhigyn, pob mynydd ac afon, pob dot glas gwelw a phob dot arall o ba liw bynnag a hyrddiwyd i bellafoedd eithaf y gofod. Heddwch yw'r greadigaeth gyfan mewn cytgorod â'i chrêwr.

Deuwn o hyd i adleisiau o hyn yn yr ysgrythur. Efallai mai sibrydion distaw yw'r adleisiau, oherwydd bod gorwelion ysgrifenywyr yr Hen Destament a'r Newydd yn rhai mwy cyfyng na'n rhai ni. Ond mae'r adleisiau yno, yn enwedig ar yr achlysuron neu yn y lleoedd hynny pan ddaw agosrwydd y nefoedd a'r ddaear yn 'lleoedd tenau' fel y galwai'r Cristnogion Celtaidd nhw.

Un lle o'r fath oedd llechwedd yng ngwlad Jwdea ar y noson yr ymddangosodd yr angylion. Golygfa sy'n ymddangos yn gyfarwydd inni, oherwydd y dramâu Nadolig di-ri a welsom gyda phlant bach wedi'u haddurno â gynau nos, llieiniau sychu llestri ac adenydd sgleiniog. Ar yr ochr mae'r ddau lwcus sydd wedi cael eu dewis i chwarae rhan Mair a Joseff, a'r lleill y bydd eu rôl fel defaid a geifr yn dal i adael mamau, tadau a neiniau a theidiau yn llaith eu llygaid!

Ond ar y noson ei hun, y noson gyntaf honno, lle tenau oedd hwn. Yn gyntaf daeth un angel a siarad, ac roedd y bugeiliaid wedi dychryn, fel y byddech chi'n ei ddisgwyl. Roedd 'Peidiwch â bod ofn' yn rhan o'r litwrgi, fel yr oedd pan ymddangosodd



angel i Mair. Yna, ar ôl i'r angel cyntaf ddod, fe ddaeth yna lu o angylion, lliaws o'r llu nefol. Lle bynnag y mae'r nefoedd a pha fath bynnag o le yw'r nefoedd, mae'n sicr fod cipolwg ar ei llysgenhadon angylaidd yn ddigon i ddychryn unrhyw un o'i groen! Ond roedd eu tystiolaeth yn ddigamsyniol: 'Gogoniant yn y goruchaf i Dduw, ac ar y ddaear tangnefedd ymhlith y rhai sydd wrth ei fodd!' (adn. 14)

Rydym yn barod iawn i dynnu sylw at ddiniweidrwydd yr hen fydsawd trillawr (y nefoedd uchod, uffern islaw a'r ddaear yn y canol), ond does gennym ni ddim syniad amgenach ein hunain. Y cyfan a wyddom yw fod yr angylion wedi dod i gyhoeddi mai gogoniant Duw sydd amlycaf yn y nefoedd, ac yma yn y lle tenau hwn, yma yn y pwynt hwn yn hanes dyn, rydym wedi dod i gyhoeddi bod heddwch wedi torri i mewn. Yn union fel yr oedd creu yn bwrras gan Dduw ar y dechrau, felly nawr pwrpas Duw yw adfer a phrynu'n ôl.

Daeth yr angylion, llysgenhadon y nefoedd, gyda'r newyddion da yr oedd y bobl wedi wylu'n hir amdano. Roedd bywyd yn galed. Roedd y gymdeithas yn llygredig, hyd yn oed yn nwylo'u pobl eu hunain, a rhai ohonynt bellach yn cydweithredu â'r gelyn - yn gasglwyr trethi. Roedd y cynaeafau'n anghyson, trais yn gyffredin, disgwyliad oes yn fyr a meddiannaeth y Rhufeiniaid yn greulon. Doedd yr angylion ddim wedi dod i gael parti heddwch.

Ond roedden nhw wedi dod i gyhoeddi bod yr addewid ar fin cael ei chyflawni ar ôl cenedlaethau o aros am Feseia Israel. O fewn ychydig filltiroedd i'r llechwedd hwn ganwyd plentyn ym Methlehem. Roedd genedigiaeth y plentyn yn addewid o heddwch ac yn bwynt allweddol yng nghynllun pryndedigol Duw. Unwaith eto mae heddwch Duw a phresenoldeb Duw yn cael eu dolennu'n undod anwahanol.

Cylch Carn Ingli'n diolch am wasanaeth

Cynhaliwyd oedfa arbennig yng nghapel Tabor, Dinas, fore Sul, 24 Hydref, i ddiolch am wasanaeth y Parchedig Alwyn Daniels a Mrs Jean Daniels i'r cylch.

Daeth cynrychiolaeth dda o bum eglwys Cylch Carn Inqli ynghyd, a chroesawyd pawb gan ysgrifennydd eglwys Tabor, Mr Morys Rhys, a esboniodd y dylai'r oedfa fod wedi cael ei chynnal flwyddyn ynghynt i gyd-ddigwydd ag ymdeoliad Alwyn fel gweinidog y cylch. Roedd cyfyngiadau'r Cofid wedi rhwystro hynny, wrth gwrs, ac wedi golygu peth newid hefyd ym mhattrwm yr oedfa. Cyhoeddwyd yr emynau gan Alwyn a Morys, a'r organyddes oedd Mrs Margaret Rhys.

Y pregethwr gwadd oedd y Parchedig Judith Morris, Ysgrifennydd Cyffredinol Undeb Bedyddwyr Cymru. Cafwyd ganddi neges gadarnhaol, rymus, yn ogystal â theyrnged loyw i waith a gwasanaeth Alwyn a Jean, yn lleol ac yn genedlaethol.

Wedi'r bregeth, daeth Mrs Aeres James, ysgrifennydd Bethlehem, ymlaen i ddiolch, ar ran y cylch, i Alwyn am bron



Y rhai a gymerodd ran yn yr oedfa (o'r chwith i'r dde): Mr Morys Rhys, ysgrifennydd Tabor; Y Parchg Judith Morris, Ysgrifennydd Cyffredinol UBC; Mrs Aeres James, ysgrifennydd Bethlehem; Mrs Jean Daniels a'r Parchedig Alwyn Daniels; Mrs Marian Phillips, ysgrifennydd Jabes; Mrs Lilwen McAllister, Warden Eglwys Pontfaen. Hefyd yn rhan o'r trefnu yr oedd Mr Gwyndaf Rees a Mr Ben Davies, ysgrifenyddion Caersalem Dyfed ac Ebeneser, Trefdraeth, ynghyd â Miss Gwenno Eynon, trysorydd y cylch.

40 mlynedd o weinidogaeth ymroddedig. Cyflwynodd dysteb hael iddo, gyda diolchiadau'r ardal gyfan. Yna, diolchodd Mrs Marian Phillips, ysgrifennydd Jabes, i Jean am ei holl waith hithau, yn arbennig ei gwaith gyda'r ysgol Sul, a chyflwynodd fasedaidd o flodau iddi.

Daeth Mrs Lilwen McAllister, warden Eglwys Sant Brynach, Pontfaen, ymlaen i ddiolch i Alwyn am ei gefnogaeth a'i gydweithrediad ac i gyflwyno rhodd fach i'r ddau ar ran yr eglwys.

Newyddion oedd yn destun llawenydd i bawb oedd yn bresennol oedd fod Alwyn wedi derbyn y gwahoddiad i fod

yn Weinidog Anrhydeddus i eglwys Cylch Carn Inqli. Anrhydedd iddo ef, ond anrhydedd fwy i'r cylch.

Dymunwyd hoe a hamdden i Alwyn a Jean yn eu hymddeoliad, gan edrych ymlaen at gael eu cwmni yn y cylch am flynyddoedd lawer.

Yn dilyn yr oedfa, braf oedd cael cymdeithasu o gwmpas y byrddau ym Maenordy Llwyngwair, lle cafwyd croeso a phryd blasus fel arfer.

Diolch o galon i Alwyn ac i Jean am eu gwaith a'u gofal.

Y Gymdeithasfa yn y gogledd

I fwynder Maldwyn ac i dref Machynlleth y daeth Cymdeithasfa'r Gogledd yn ddiweddar. Bnawn Mawrth, 2 Tachwedd, ym gasglodd naw o swyddogion a chynrychiolwyr yng Nghapel Maengwyn ac ymunodd 45 arall yn rhithiol ar Zoom o ganlyniad i ganllawiau Covid. Croesawyd pawb gan y Llywydd, y Parch Eric Greene, a chafwyd y gwasanaeth dechreuol gan Lywydd Henaduriaeth Trefaldwyn, Mr John Price.

Derbyniwyd ymddiheuriadau gan nifer oedd yn methu bod yn bresennol, a mynegwyd cyfarchion a phob bendith ar y Gymdeithasfa gan gynrychiolwyr Sasiwn y De a'r Dwyrain.

Braf oedd gweld a chroesawu'r Parch Evan Morgan, Llywydd y Gymanfa Gyffredinol, oedd wedi dod yn ôl i Gapel Maengwyn, lle cafodd ei ordeinio 32 o flynyddoedd yn ôl. Gan fod y Gynhadledd Newid Hinsawdd COP26 yn cael ei chynnal yn yr Alban yr un adeg, cyfeiriodd at bwysigrwydd Polisi Amgylcheddol y Cyfundeb ac Apêl Bum Mlynedd Eglwys Bresbyteraidd Cymru a Chymorth Cristnogol 2022, fydd yn tynnu sylw at heriau newid hinsawdd gan ganolbwyntio ar ddwy wlad, Kenya a Haiti. Dymunodd yn dda i bawb gan roi diolch am waith y Sasiwn yn y Gogledd.

Derbyniwyd a chadarnhawyd cofnodion Cymdeithasfa'r Haf yng Nghapel y Traeth, Cricieth, a derbyniwyd adroddiadau o'r gwahanol bwyllgorau.

Estynnwyd croeso gan Mr Caerwyn Davies i Gymdeithasfa'r Gwanwyn 2022 i Henaduriaeth Dyffryn Clwyd ac i Gapel Bethania, Rhuthun, ar 5-6 Ebrill 2022. Oherwydd yr amgylchiadau eithriadol presennol cadarnhawyd y bydd Llywydd y Sasiwn yn parhau yn ei swydd hyd hydref 2022.

Cafwyd adroddiad ac eglurhad gan yr Ysgrifennydd Cyffredinol, y Parch Meirion Morris, ar sefydlu is-gwmni masnachu a phleidleisiwyd o blaid hynny.

Roedd gwasanaeth y Cymun a Choffâd o dan arweiniad y Llywydd, y Parch Eric Greene. Cydganwyd emyn 617, 'Arglwydd, gad i'm dawel orffwys', a daeth y darlleniad o rannau o Ddoethineb Solomon a Llyfr y Datguddiad. Cyfeiriwyd gyda thristwch at y rhai oedd wedi ein gadael ers y Gymdeithasfa ddiwethaf a chafwyd gweddi'r coffâd gan y Parch Ddr Nerys Tudor.

Yn absenoldeb y Parch Iestyn ap Hywel, y Parch Edwin O Hughes gyflwynodd anerchiad y Cymun dros Zoom. Dywedodd fod Duw yn cadarnhau ffordd Crist, ffordd cariad, i bob un ohonom, a'i fod yn haeddu ein diolch a'n moliant bob amser. Cyfranogwyd o'r bara a'r gwin a gweddiwyd am heddwch a thangnefedd yn ein byd.

Diolchwyd i bawb a gymerodd ran ac i Mr Hedd Morgan a Mrs Joanna Thomas-Wright am y trefniadau technegol. Daeth y Sasiwn i ben drwy i bawb gydadrodd y Fendith.

David Pugh

Dyma gyfarfod hyfryd iawn

Geni gobaith

Gyda dyfodiad tymor yr Adfent, mae calendr y flwyddyn eglwysig yn dechrau o'r newydd. Cawn ein gwahodd yn wythnosol i fod yn rhan o ddrama fawr ymyrraeth yr Arglwydd yn ei fyd. Down yn gyfranogion, drwy ffydd, o fywyd a gobaith na all y byd mo'i ddirnad, ei ddeall na'i ddiffodd chwaith.

Gweddi

Duw, a Thad ein Harglwydd Iesu Grist, ymostyngwn o'th flaen. Yn nigelwch rhyfeddol dy Hanfod, canfyddwn dy fod dy hun yn oleuni ac yn fywyd, a chawsom dy adnabod fel yr un cyfiawn a chadarn. Diolchwn heddiw fod gobaith dy addewidion yn realiti di-sigl. Yn nechrau'r Adfent eleni dyro i ni ganfod o'r newydd fod y gobaith hwnnw yn deillio, yn tarddu ac yn gynwysedig yn ein Harglwydd Iesu Grist, drwy dy Ysbryd Glân. Amen.

Emyn 432 'O tyred di, Emanwel'

Myfyrdod 1 - Fe ddaw

Darlleniad Jeremeia 33:14-16

Prin oedd y rhai yn ei ddydd a gredodd Air yr Arglwydd drwy Jeremeia. Wedi'r cyfan, chwalfa rhyfel, difa dinas, difetha diwylliant a phobl oedd realiti profiad ei wrandawyr. Roedd Babilon a'i duwiau niferus yn ymddangos yn fwy real ac yn drech na'r Arglwydd oedd â'i deml yn Jerwsalem. I drigolion y wlad, chwalfa, profiad o golli, o ddifa, o boen ynghyd â galar a dadrithiad oedd realiti byw. Eto, y tu hwnt i'r chwalfa ymddangosiadol roedd gobaith ac addewid Duw yn sefyll.

Nid amgylchiadau allanol yw mesur realiti, ond yn hytrach y Duw hwnnw sy'n cyflawni ei addewidion. Dyma Arglwydd y gair gobeithiol sy'n 'ddaionus' yn ei fwriadau tuag at ei bobl. Bydd 'blaguryn' ei achubiaeth, ei ddiogelwch a'i gyfiawnder yn tarddu ohono. Ef ei hun yw cyflawnwr yr addewid. Ef ei hun yw 'Arglwydd ein cyfiawnder'.

Credwn mai Iesu, yr hwn a anwyd ym Methlehem ac a goncrodd ar Galfaria angau a'r bedd, ac a esgynnodd mewn gogoniant, yw'r Arglwydd ei hun. Iesu yw ein cyfiawnder. Ef, nid llai, yw ein gobaith.

Myfyrdod 2 - Fe ddaw 'Mab y Dyn'

Darlleniad Luc 21:25-36

Neges ryfeddol oedd y geiriau a gyhoeddodd Iesu i'w ddisgyblion. Byddai dinistr Jerwsalem yn anorfod wrth iddi gael ei 'mathru dan draed'.

Ond byddai 'dyfodiad Mab y Dyn' ar raddfa wahanol, ddwysach, nag unrhyw derfysg daearol. Os oedd hanes streic y Penrhyn i T Rowland Hughes yn *Chwalfa*, prin fod geiriau ar ôl i ddisgrifio arwyddion dyfodiad Mab y Dyn.

Mae Iesu'n defnyddio ieithwedd a syniadaeth apocalyptaidd i gyfleu ei neges.

Cyn dyfodiad Mab y Dyn, roedd trefn sefydlog y greadigaeth ei hun - yr haul a'r lloer - fel petai'n cael ei datod ac 'ymchwydd tonnau'r môr' yn peri arswyd. Roedd fel petai'r nefoedd ei hun yn crynu.

Nid yw arswyd, er mornaturiol fyddai ymateb o'r fath, yn ymateb priodol i ddisgyblion Iesu. Er bydd yr amgylchiadau'n peri i eraill grymu dan feichiau difaol 'pan ddechreu'r pethau hyn... ymunionwch a chodwch eich pennau'. Wedi'r cyfan, daeth awr cyflawni gobaith yr Arglwydd. Daeth 'awr ein rhyddhau'.

Morsicra diogel yw hyn. Fe allai'r greadigaeth ei hun, er ei chadernid, dreiglo a diflannu, ond cadarnach yw geiriau Iesu: 'fy ngeiriau i, nid ânt heibio ddim' (adn 33).

Yn nyfodiad Iesu fe wawriodd dydd gras a gobaith. Nid gan gythrwfl hanes, nac ansefydlogrwydd na chreulondeb y byd y mae'r gair olaf. I Fab y Dyn, i Iesu ei hun, y mae'r deyrnas yn perthyn.

Gan ein bod yn disgwyl hyn ni ddylem, meddai Iesu, gael ein twyllo gan feddylfryd ein hoes a'n diwylliant, gan ddiota, meddwi a gofalon bydol. Arferion y nos ydy'r rheiny. I'r rhai sy'n esgeulus, fe ddaw'r awr fawr, awr cyflawni'r addewidion, fel 'magl' ddidostur wrth iddi daro a dal ei hysglyfaeth. Ni all unrhyw un ar unrhyw gyfandir osgoi 'sefyll yng ngŵydd Mab y Dyn'. Ymateb priodol, yn hytrach nag esgeulustod bydol, yw'r 'byddwch effro' nefol. Mae'r alwad arnom i fyw fel hyn 'bob amser'.

Ni all ein doniau naturiol ein hunain ein galluogi i ganfod y meddylfryd sy'n ein cadw rhag gafael y fagl, na'r nerth chwaith sy'n caniatáu i ni fedru gadael y tywyllwch o'n hôl. Na, rhaid 'deisyf am nerth i ddianc rhag yr holl bethau hyn' gan yr Arglwydd ei hun!

Myfyrdod 3 - Disgwyl am yr Arglwydd

Darlleniad 1 Thesalonaiad 3:9-13

Cred ysgolheigion mai'r llythyr at y Thesalonaiad yw'r rhan gyntaf o'r Testament

Newydd i gael ei chyfansoddi. Gwelwn fod y syniad am ddyfodiad Iesu at ei bobl yn rhan o ddisgwyliad ac o bregethu'r Eglwys Fore o'r dyddiau cyntaf.

Braidd yn gamarweiniol, fodd bynnag, yw'r sôn am 'Ailddyfodiad Iesu'. Mae'n awgrymu ei fod wedi mynd i rywle arall a bod ei frenhiniaeth rywsut yn anghyflawn. Sôn yn hytrach y mae'r Apostol am 'ddyfodiad ein Harglwydd Iesu Grist gyda'i holl saint'. Nid Brenin alltud sydd wedi gadael ei deyrnas i arall mo hwn. Brenin ydyw sy'n ymerawdwr, er i ddeiliaid ei deyrnas godi yn eu pechod mewn gwrthryfel i'w erbyn.

Ni pheidiodd â theyrnasu, ddim am foment. Cyhoeddiad yr efengyl yw ei fod yn teyrnasu er gwaethaf y gwrthryfel. Mae'r ymerawdwr ar daith ogoneddus a'i luoedd a'i osgordd ogoneddus gydag ef. Dyma'r cyfle i wrthryfelwyr ildio ac ymostwng iddo i'w groesawu. Dyma gyfle i adfer gwerthoedd yr ymerawdwr. Dyma gyfle i roi trefn ar fywydau unigolion a chymdeithas a harddu'r ddinas i baratoi at yr ymweliad ymerodrol.

Pobl yw'r eglwys, cymdeithas o fewn cymdeithas ehangach sy'n disgwyl dyfodiad yr Ymerawdwr Iesu ac sy'n byw gan ddisgwyl ei ddyfodiad. Gan ein bod yn disgwyl dyfodiad ein Harglwydd Iesu, mae'n amser i ni roi trefn ar ein cymdeithas fel ein bod fel cynulleidfaoedd eglwysig 'yn cynyddu a rhagori mewn cariad'. Mae'n amser i ni roi trefn ar ein gwerthoedd ein hunain gan fyw yn 'ddi-fai mewn sancteiddrwydd'.

Fel pobl yr Arglwydd, cawn gyfle i baratoi ar gyfer ei ddyfodiad a chael ymuno ym mhrosesiwn ei fuddugoliaeth ynghyd â'i holl saint.

Gweddi

Arglwydd Dduw, yr hwn wyt yn tystio i'th ffyddlondeb i'th addewidion drwy'r proffwydi gynt drwy gyflawniad dy air yn Iesu Grist, caniatâ i ninnau wrth fyfyrto drachefn ar dy addewidion dy adnabod fel Duw geirwir, ffyddlon, sy'n deilwng o'n hufudd-dod a'n gwasanaeth drwy Iesu Grist. *Maranatha*. Tyrd, Arglwydd Iesu. Amen.

Emyn 433 'O f'enaïd, cân'

RWJ

Cyhoeddir *Cenn@d* ar y cyd gan Eglwys Bresbyteraidd Cymru ac Undeb Bedyddwyr Cymru. Oni nodir yn wahanol, nid yw barn cyfranwyr *Cenn@d* yn cynrychioli barn swyddogol Eglwys Bresbyteraidd Cymru nac Undeb Bedyddwyr Cymru. Gallwch anfon eich cyfraniadau / gohebiaethau / ymholiadau at:

watcyn@cennad.cymru | hww@cennad.cymru | aled@ysgolsul.com

www.cennad.cymru | [f CennadCymru](https://www.facebook.com/CennadCymru) | [t @CennadCymru](https://twitter.com/CennadCymru)