AM DDIM

Cyfnodolyn yr Eglwys Fethodistaidd

Rhifyn 252 Chwefror - Mawrth 2025

Gwyliedydd

O'R GADAIR YNG NGHAERDYDD

gan y Parchedig
Andrew Charlesworth

Y weddi y byddwn ni yn ei gweddïo'n amlach nag unrhyw weddi arall yw Gweddi'r Arglwydd. Ar Sul y Pasg, mae'n debyg fod hyd at 2 biliwn o bobl yn ei dweud ar ryw ffurf neu'i gilydd. Pe na bai ond am y rheswm hwnnw, fe ddylem ni ystyried yn aml beth mae'r weddi'n ei ddweud. Fodd bynnag, er ein bod wedi adrodd Gweddi'r Arglwydd gannoedd o weithiau, pa mor aml fyddwn ni mewn gwirionedd yn oedi i feddwl beth rydym ni'n ei weddïo?

Mae pob Cristion yn gweddïo'r weddi hon, ond nid yw Crist yn cael ei enwi ynddi o gwbl. Mae pob eglwys yn ei gweddïo, ond nid oes dim sôn am eglwys ynddi. Caiff ei gweddïo bob dydd Sul, ond nid oes unrhyw sôn ynddi am y Sul. Gweddi'r Arglwydd rydym ni'n ei galw, ond nid oes sôn am yr Arglwydd ynddi. Bydd Cristnogion eglwysi cynulleidfaol, presbyteraidd, esgobyddol a chatholig yn gweddïo'r weddi, ond nid oes sôn am gynulleidfa, blaenor, esgob na Phab ynddi. Caiff ei gweddïo gan Gristnogion a wahanodd oddi wrth ei gilydd oherwydd rhyw ddysgeidiaeth neu'i gilydd, ond nid oes sôn yn y weddi am unrhyw un o'r materion hynny. Caiff ei gweddïo gan Gristnogion sy'n rhoi sylw mawr i bethau na sonnir amdanynt yn y weddi. Caiff ei gweddïo gan Gristnogion sy'n anwybyddu'r hyn y *mae* hi'n sôn amdano.

Os edrychwch ar Lyfr Addoliad y Methodistiaid (neu lyfrau gweddi enwadau eraill) fe welwch fod Gweddi'r Arglwydd yn rhan o bob gwasanaeth, bron. Mae'n rhan o'n Gweddi Foreol, ein Hwyrol Weddi a phob un o'r gwasanaethau ar gyfer Suliau. Yn y drefn ar gyfer y Cymun, adroddir Gweddi'r Arglwydd ychydig cyn rhannu'r bara a'r gwin, fel rheol. Bydd y weddi ar ein gwefusau mewn bedydd, wrth groesawu aelodau newydd, wrth weddïo gyda'r cleifion ac yn ein gwasanaethau angladdol.

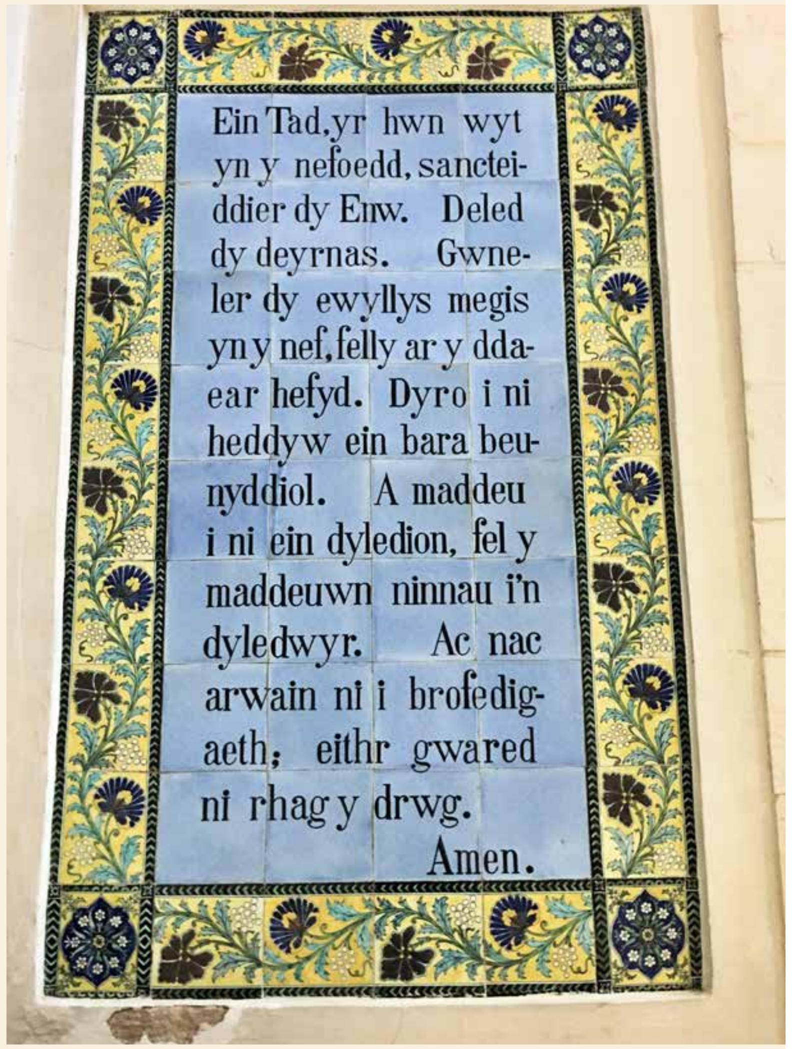
Mae hyn oll yn dangos pa mor bwysig yw Gweddi'r Arglwydd, ond mae rheswm arall hefyd am ei phwysigrwydd. Rhaid inni beidio byth ag anghofio ei bod yn cael ei galw'n Weddi'r Arglwydd oherwydd mai'r Iesu a'i dysgodd i'w ddisgyblion. Dylai hynny ynddo'i hun beri inni fynd ati, yn aml ac yn ofalus, i fyfyrio ar y geiriau.

Fe ddaw dechrau'r Grawys cyn bo hir. Ychydig flynyddoedd yn ôl mi wnes i arwain Astudiaeth Feiblaidd ar Weddi'r Arglwydd yr adeg hon o'r flwyddyn. Yn sail i'r astudiaeth defnyddiais ddau lyfr yr oeddwn wedi bod yn eu darllen – ac mi fuaswn yn bendant yn cymeradwyo'r ddau sef *The Lord and his Prayer* gan Tom Wright a *The Greatest Prayer* gan John Dominic Crossan. Mae'r ddau awdur yn cynrychioli safbwyntiau diwinyddol pur wahanol ond maent ill dau yn cydnabod pa mor wirioneddol bwysig yw Gweddi'r Arglwydd. Dyna sydd yn eu huno.

Does dim lle yma i drafod pob gair o'r weddi, ond hoffwn rannu rhywfaint o'm myfyrdod ar un llinell yn arbennig, sef "dyro inni heddiw ein bara beunyddiol", i'n helpu i geisio amgyffred dyfnder y geiriau. Os ydym am wneud unrhyw fath o gyfiawnder â'r geiriau, mae angen inni feddwl ychydig bach am beth sy'n dod o'u blaenau.

Pan fyddwn yn gweddïo "deled dy deyrnas, gwneler dy ewyllys", rydym yn gofyn mewn gwirionedd ar i deyrnasoedd y byd gael eu disodli ac am weld trefn newydd yn y byd. Yn y bôn, chwyldro! Wedi dweud hynny, dydw i ddim yn siŵr a yw pobl bob amser yn sylweddoli pa mor chwyldroadol yw'r llinell hon wrth iddi ddilyn amryw o ymbiliau eraill. Y peth yw, dylai'r llinell hon o Weddi'r Arglwydd ein harwain i holi, sut fath o deyrnas ydym ni'n gweddïo am gael ei gweld yn dod?

Mae'n amlwg mai dyma'r cwestiwn oedd flaenaf ym meddwl Iesu a'i ddisgyblion. Roedd llawer iawn o ddysgeidiaeth Crist yn trafod y deyrnas a oedd, meddai ef, yn dod i fodolaeth yn eu gŵydd. Efallai na ddylem synnu bod y pethau y gofynnir



amdanynt wedyn yn y Weddi yn ymhelaethu ar flaenoriaethau'r deyrnas. Dyma beth mae Iesu am inni weddïo amdano.

Mae'r pethau hynny yn cynnwys "dyro inni heddiw ein bara beunyddiol" sef gofyn i Dduw ddarparu ar gyfer ein hanghenion. Tad cariadlon yw Duw, sydd yn gofalu amdanom – ac nid oes dim o'i le mewn gofyn hyn iddo. Er hynny, mae'n werth cofio mai yn "i ni" a ddywedir yng Ngweddi'r Arglwydd, felly yn amlwg nid dim ond ein hanghenion personol ni sydd dan sylw wrth inni ofyn am ein bara beunyddiol. Dim o gwbl. Yng nghyd-destun y weddi chwyldroadol hon, mae'n golygu gweddïo dros anghenion yr holl fyd. Pan ofynnwn i Dduw roi inni ein bara beunyddiol, sôn rydym ni am anghyfiawnderau economaidd mawr ein byd, lle mae 1 biliwn o blant heddiw yn byw mewn tlodi a 22,000 yn marw bob dydd.

Petai'r weddi hon yn cael ei hateb, beth fyddai hynny'n ei olygu i'n bywydau ni a'n cymunedau? Yn sicr mae'n golygu na allwn weddïo'r weddi o bellter diogel, yn iach o boen y byd a heb falio am yr anghyfartaledd a'r anghyfiawnder yn ein byd. I dorri stori hir iawn yn fyr, mae'n golygu petai'r weddi hon yn cael ei hateb yn ein bywydau ni, yna'n bendant fe olygai fod ein blaenoriaethau bob amser yn dechrau gyda'r deyrnas. A yw peth felly'n realistig i'r Eglwys heddiw? Wel, roedd Iesu fel petai'n meddwl ei fod, pan roddodd y weddi hon i ni ...

Gwyliedydd

CYFNODOLYN CYMRAEG YR EGLWYS FETHODISTAIDD

Sefydlwyd 1877
– Cyfres Newydd 1987

RHIF 252
CHWEFROR – MAWRTH 2025

Dylid gwneud sieciau yn daladwy i "Yr Eglwys Fethodistaidd – Cylchdaith Cymru"

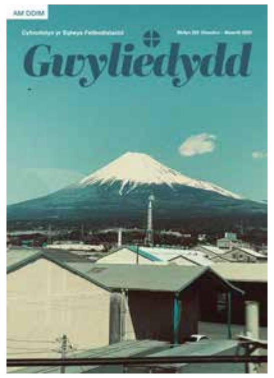
(**NID** "i'r Gwyliedydd" os gwelwch yn dda)

BARN Y CYFRANWYR UNIGOL A FYNEGIR YN YR EITEMAU UNIGOL

GOLYGYDDION
ROBIN JONES
LLYS ALAW,
18 STAD ERYRI
BETHEL,
CAERNARFON
GWYNEDD LL55 1BX
Ffôn 01248 670140
Ffôn symudol 07780 869907
e-bost robinbethel@tiscali.co.uk

FFION ROWLINSON
CRUD YR AWEL
LÔN NEWYDD COETMOR
BETHESDA,
GWYNEDD
LL57 3DT
Ffôn 01248 605365
Ffôn symudol 07554 958723
e-bost ffion.rowlinson@gmail.com

DYDDIAD CAU
10 MAWRTH 2025



Llun y clawr: Mynydd Fuji gan Nel Mai

Dyluniwyd gan Ffrwd Cyfyngedig
Argraffwyd gan Wasg y Lolfa

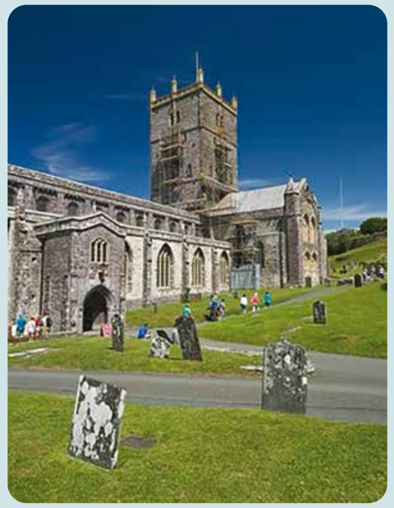
Diolch

Gwerthfawrogwn yn fawr y rhoddion hael a dderbyniwyd tuag at gostau cyhoeddi a dosbarthu'r *Gwyliedydd*.

Mrs A M Edwards, Llanfairtalhaiarn	£ 20-00
Linda Thomas, Capel y Briw	£ 20-00
Dafydd Rowlands, Llanfairpwll	£ 50-00
Alwyn ac Elisabeth Roberts, Llanfairpwll	£ 20-00
Iorwerth ac Aluna, Llanfairpwll	£ 25-00
Morfudd Roberts, Abergele	£ 30-00
Parch J P Barnett, West Kirby	£ 20-00
Dienw	£ 50-00
Dienw	£100-00
Tegid Roberts, Rhos	£ 30-00
Parch Dilys Jones, Amwythig	£ 20-00
Derec a Myfanwy Owen, Llanfairpwll	£ 20-00
Dr Gareth Tilsley, Bangor	£ 20-00
Cyfanswm	**£425-00**

Dewi Sant

(O Fuchedd Dewi)



Dydd Sul y canodd Dewi offeren ac y pregethodd i'r bobl, a'i gyfryw ni chlywyd, ac wedi ef byth ni chlywir ... Ac wedi darfod y bregeth ac offeren y rhoddes Dewi yn gyffredin ei fendith i bawb a'r a oedd yna. Ac wedi darfod iddo roddi ei fendith i bawb y dywad yr ymadrodd hwn: "Arglwyddi, frodyr a chwiorydd, byddwch lawen, a chedwch eich ffydd a'ch cred, a gwnewch y pethau bychain a glywsoch ac a welsoch gennyf i. A minnau a gerddaf y ffordd yr â ein tadau iddi. Ac yn iach ichwi," ebe Dewi, "a boed grymus ichwi fod ar y ddaear ..."

A hynny dydd Mawrth cyntaf o Galan Mawrth, y cymerth Iesu Grist enaid Dewi Sant gyda mawr fuddugoliaeth a llawenydd ac anrhydedd. Wedi ei newyn a'i syched a'i annwyd a'i lafuriau a'i ddirwest a'i gardodau a'i flinder a'i drallod a'i brofedigaethau a'i feddwl am y byd – y cymerth yr angylion ei enaid ac a'i dygant heb lafur, a llawenydd heb dristyd, ac amledd o bob rhyw dda a buddugoliaeth a chlaerder a thegwch; y lle mae moliant rhyswyr [milwyr] Crist, a lle yr esgeulusir y cyfoethogion drwg, y lle y mae iechyd heb ddolur, ac ieuenctid heb henaint, a thangnefedd heb anundeb, a gogoniant heb orwagedd, a cherddau heb flinder, a gwobrwyau heb ddiwedd.

PREGETHWR DELFRYDOL

Nid gwau y blodau yn bleth, - neu ddoniau
Oedd enaid ei bregeth;
Nid arabedd, ond rhywbeth
I gyrraedd pawb, - gwraidd y peth.

ANAD.

O Fynydd Llandygái i Fynydd Fuji

Un o blant Shiloh, Tregarth yw Nel Mai, a dynnodd y llun sydd i'w weld ar glawr y rhifyn hwn. Mae Nel ar ei blwyddyn gyntaf yn dilyn cwrs Ffotograffiaeth ym Mhrifysgol De Cymru, Caerdydd. Cyn hynny dilynodd Gwrs Sylfaen Celf yng Ngholeg Menai lle'r enillodd wobr Myfyriwr y Flwyddyn. Mae ganddi ddiddordeb brwd mewn ffilmio a golygu ffilmiau ac fe ddangoswyd ffilm o'i heiddo, 'Bywyd y Byddar', yng Ngŵyl Ffilmiau'r Byddar yn Theatr y Sherman, Caerdydd yn ddiweddar. Mae'r pwnc hwn yn agos at galon Nel gan iddi gael ei geni gyda chyflwr o fyddardod dwys. Bu nain Nel, Gwenda Davies, yn ei holi ychydig am ei diddordeb mewn ffotograffiaeth.

Gwenda: *Sut y dechreuodd dy ddiddordeb yn y maes yma, Nel?*
Nel: Pan oeddwn yn cychwyn yn yr ysgol uwchradd cefais ffôn symudol ac ers hynny dwi wedi bod yn tynnu lluniau'r teulu, fy nghartref, Mynydd Llandygái ac Eryri yn ogystal â lluniau o daith ysgol i Efrog Newydd a Washington. Dwi wrth fy modd yn dewis cefndir y lluniau ac yn fy nghwrs coleg dwi wedi dysgu sut i ddatblygu lluniau. Mae'n broses ddiddorol ac mae gweld y lluniau yn dod allan o'r ystafell dywyll yn fy nghyffroi. Mae gen i fwy nag un camera erbyn hyn a byddaf yn eu defnyddio i gyd yn eu tro.

Gwenda: *A sut wnest ti benderfynu mynd i Japan?*
Nel: Roedd fy ffrind Nia a finna wedi bod yn siarad am fynd ar wyliau i lefydd diddorol. Mi wnes i awgrymu mynd i Japan, i rywle hollol wahanol i

Gymru. Roeddwn i wedi darllen a gweld lluniau a ffilmiau am y wlad ac roedd gen i ddiddordeb yn y bobl, y bwyd, yr adeiladau a thraddodiadau gwahanol. Roeddwn i hefyd yn edrych ymlaen at weld llefydd enwog yn y wlad a defnyddio fy nghamera i gofnodi'r antur oedd o'n blaenau.

Gwenda: *Beth wnaeth fwyaf o argraff arnat ti tra oeddet ti yno?*
Nel: Wel, Tokyo yn bendant – dinas anferth, fodern ac mor wahanol i ddim byd roeddwn i wedi ei weld o'r blaen. Roeddwn wrth fy modd yn tynnu lluniau'r strydoedd prysur, y siopau drud, y caffis diddorol a'r bobl wrth eu gwaith. Wedyn mynd ar y trên i ddinas Kyoto a dyna pryd ces i gyfle, ar y trên, i dynnu llun Mynydd Fuji, sef llosgfynydd uchaf Japan. Wnes i ddim sylweddoli tan ar ôl cyrraedd adra mod i wedi tynnu llun go lew o'r llosgfynydd enwog! Dwi'n falch iawn ohono, a deud y gwir!

Mae Kyoto yn ddinas hynafol, yn llawn temlau ac adeiladau gwych a chefais gyfle i dynnu llawer o luniau yno. Wedyn, dal trên i ddinas fawr arall sef Osaka. Roedd y bobol yno, fel yn y dinasoedd eraill, yn glên a charedig, yn bobol hardd iawn. A phob dim mor wahanol. Roedd cael cofnodi popeth mewn lluniau yn bleser mawr.

Gwenda: *A beth am y dyfodol, Nel?*
Nel: Dwi am fod yn ffotograffydd proffesiynol! Dwi wedi dechrau cael blas ar deithio ac eleni mi fydda i'n mynd i Budapest ym mis Ionawr gyda myfyrwyr eraill o'r coleg ac i wledydd diddorol eraill ymhellach mlaen yn y flwyddyn hefo Nia fy ffrind. A lle bynnag fydda i'n mynd, mi fydd fy nghamera wrth fy ochr!

Dysgu Cymraeg gan Angharad Tomos

Dwi'n hoffi yr amser yma o'r flwyddyn. Ydi, mae'n **dal yn oer**, ond mae'n amser edrych ymlaen. Dydw i ddim yn lecio amser y Calan. Rydw i wastad yn **edrych yn ôl**. Mae cysur y Nadolig wedi mynd, ac mae wythnosau o dywydd oer **yn fy wynebu**. Rydw i'n ofni **yr hyn a ddaw.**

Ond erbyn rŵan, dwi wedi setlo yn 2025, rydw i **wedi stopio ei ofni**, a **gwn fod y Gwanwyn ar ein gwarthau**. Mae'r dydd yn ymestyn, fesul munud yn araf bach, a dwi'n teimlo yn fwy positif.

Does dim sy'n **diriaethu y gobaith hwnnw** yn well nag **egin blodau**. Maent yn y bocs o flaen y ffenest a dwi'n **dotio** bob dydd wrth eu gweld yn tyfu a chryfhau.

Dyna sut y dylem feddwl am bobl ifanc. Yn lle cwyno yn aml fod eu pennau yn eu ffonau **dragwyddol**, dylem feddwl amdanynt yn fwy positif. Nhw ydi'r egin sy'n tyfu a blaguro yn ddyddiol. Nhw ydi dyfodol Cymru.

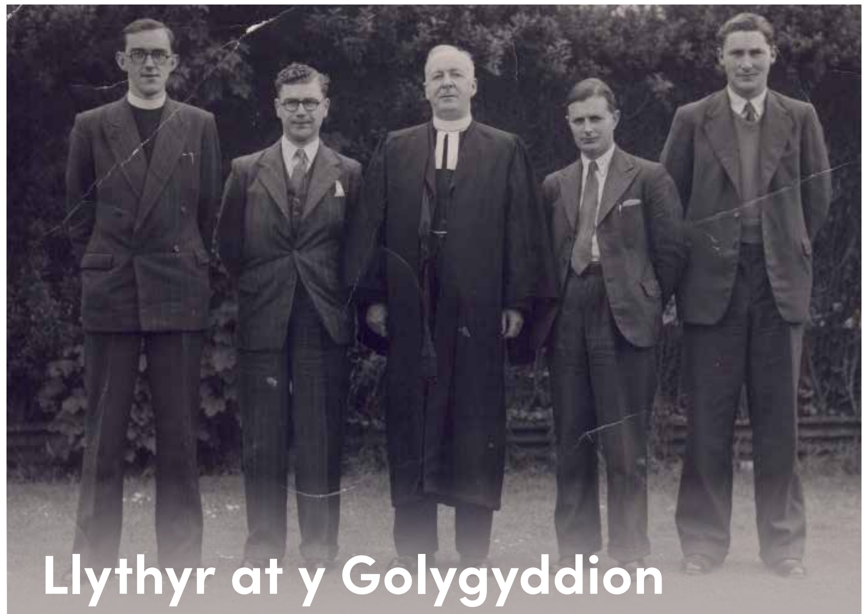
Ni, yr hen rai, faint o ffrindiau dan 40 oed sydd gennym? Ydan ni'n cadw ein hunain yn saff yn ein bybl cymdeithasol – pobl yr ydym yn gyfforddus yn eu

cwmni ers blynyddoedd. Weithiau, mae'n help camu allan o'r **swigen** honno a mentro gwneud ffrindiau newydd. Plant, pobl ifanc, pobl sy'n dechrau **magu teulu** – mae'r rhain yn aml yn gwerthfawrogi cwmni **pobl hŷn**.

Poeni ydw i fod cymdeithas yn mynd yn **fwy ar wahân**. Pobl ifanc yn troi **yn eu cylch hwy**, a'r henoed yn troi yn **eu cylch hwythau**. Dydi hyn ddim yn iach, ac mae'n **risêt gwych ar gyfer unigrwydd**.

Dwi'n meddwl fod bwriad Duw ar ein cyfer yn wahanol. Ei ddymuniad o yw **ein hysgwyd** o'n cylchoedd cyfforddus, a'n **cymysgu!** Falle bydd yn ein **drysu ar y cychwyn,** ond byddwn ar ein hennill. Y nod ar gyfer y misoedd i ddod – cymysgu!

dal yn oer – still cold
edrych yn ôl – look back
yn fy wynebu – facing me
yr hyn a ddaw – what will come
wedi stopio ei ofni – stopped being afraid of it
gwn fod y Gwanwyn ar ein gwarthau – I know that Spring is almost upon us
diriaethu y gobaith hwnnw – make that hope real
egin blodau – the shoot of flowers
dotio – to dote
T/dragwyddol – always (everlasting)
swigen – bubble
magu teulu – raise a family
pobl hŷn – older people
fwy ar wahân – more segregated
yn eu cylch hwy – in their circle
yn eu cylch hwythau – in their circle also
risêt gwych ar gyfer unigrwydd – great recipe for loneliness
ein hysgwyd– to shake us
cymysgu! – mix!
drysu ar y cychwyn – confuse us at the start



Llythyr at y Golygyddion

Annwyl Robin a Ffion
Diddorol oedd gweld yn y *Bathafarn Bach* diwethaf lun o'r Gymanfa Gymreig yn 1953. Ie, yn y Drenewydd y cynhaliwyd y Gymanfa. Cofiaf fynd yno gyda fy mam-yng-nghyfraith, i Gyfarfod Ordeinio fy ngŵr, Wil. Dyma lun o'r pedwar gafodd eu hordeinio sef Cledwyn Parry, Glyn Williams, William O Thomas ac Alun Francis. Y Parchedig J Ellis Williams sydd yn y canol. Ychydig dwi'n ei gofio am y cyfarfod heblaw fod y Parchedig Donald Soper yn bresennol a hefyd fod Tecwyn [Y Parchedig D Tecwyn Evans] yn gweiddi 'uwch, uwch' pan oedd Wil yn siarad. Ond dwi ddim yn cofio i Wil godi ei lais!

Cofion gorau
Sheila Ann Thomas

Capel Ni
yn Eglwys Iesu

Shiloh Newydd, Rhiwlas

COFIO CAPEL PISGAH

Ar ddechrau mis Rhagfyr gosodwyd carreg i gofio am gapel Pisgah ar wal cyntedd y Neuadd Bentref. Yn y neuadd hon y mae'r aelodau bellach yn cynnal eu gwasanaethau ar y Sul. Yn ystod y blynyddoedd diwethaf mae adeiladau Eglwys Sant George, Capel Ysgoldy MC, Capel Peniel yr Annibynwyr a Chapel Pisgah wedi cau eu drysau yn y pentref. Rhag i bwysigrwydd yr addoldai hyn i

drigolion yr ardal fynd yn angof, mae Cynrig Hughes, aelod o Bwyllgor Neuadd Bentref Rhiwlas, a'i ferch Cadi Iolen, wedi llunio arddangosfa yn y Neuadd gyda chreiriau, ffotograffau ac ychydig o hanes pob achos. Rydym yn ddiolchgar iawn iddynt am eu gwaith yn cynllunio'r wybodaeth am gapel Pisgah. Diolch hefyd i Dylan Griffiths am roi o'i amser i sicrhau fod y garreg yn ei lle'n ddiogel ar wal y Neuadd ac i Gareth Williams ac Osian Wyn Rowlands, aelodau ifanc selog o Gapel Pisgah, am roi help llaw iddo.
GOHEBYDD . CAROL JONES

Shiloh Newydd, Tregarth

CYMANFA GAROLAU

Cynhaliwyd Cymanfa Garolau gyda Chôr Glanaethwy yn Shiloh ar nos Sul, Tachwedd 24, dan arweiniad Cefyn a Rhian Roberts. Yr unawdydd oedd Meinir Wyn Roberts a'r cyfeilydd oedd Steven John Evans-Justice, gyda Sharon Owen yn organydd. Roedd holl elw'r noson yn mynd at gronfa atgyweirio Eglwys Sant Cedol, Pentir.

DRWS AGORED

Mae'r drws ar agor yn Shiloh bob bore Gwener – cofiwch alw i mewn am baned a sgwrs os ydych yn y cyffiniau. Anfonwn ein cofion at yr aelodau hynny sydd heb fod mewn iechyd da yn ddiweddar gan gynnwys Norah O'Brien, Islwyn Evans a Noreen Jones.

CROESAWU LLŶR

Mor braf oedd cael croesawu un o fechgyn y pentref yn ôl ar ymweliad yn ddiweddar. Aeth Llŷr Temple Morris i fyw i Ganada gyda'i deulu yn 2006; cyn hynny bu ef a'i frawd Gwydion yn aelodau ffyddlon yn Ysgol Sul Shiloh. Erbyn hyn mae Llŷr yn gweithio i Wasanaeth Tân Canada ac yn byw yn Burns Lake, British Columbia gan hyfforddi dynion tân ar gyfer wynebu tanau yn fforestydd enfawr Canada.

GWASANAETHAU

Hyfryd oedd croesawu Ffion Rowlinson, Eurfryn Davies, Huw Tegid Roberts a'r Parchedigion Ian Morris a Dafydd Coetmor Williams i'n harwain mewn oedfaon. Diolch hefyd i bawb a gymerodd ran yn ein Gwasanaeth Nadolig bendithiol dan ofal yr aelodau. Braf oedd croesawu'r delynores ifanc, Gwenno Roberts, i'r oedfa a chawsom ddatganiad hyfryd ganddi ar y delyn. Dymunwn yn dda i Gwenno at y dyfodol. Ar noswyl Nadolig cynhaliwyd Gwasanaeth y Cymun Bendigaid dan ofal ein gweinidog y Parchedig Ian Morris. Cawsom ddefnyddio am y tro cyntaf glustogau penlinio newydd sydd yn harddu'r capel. Prynwyd y rhain gyda'r casgliad hael a dderbyniwyd adeg arddangosfa'r Beibl Gwau yr haf diwethaf. Rydym yn ddiolchgar i Mr Isaac Griffiths am ei waith arbennig o gelfydd yn eu gwnïo.
GOHEBYDD . GWENDA DAVIES

Bethel, Prestatyn

GWASANAETHAU NADOLIG

Roedd yn hyfryd gweld cynifer o blant a rhieni yn cymryd rhan yng Ngwasanaeth Nadolig y Plant a'r Ieuenctid eto eleni. Yn ogystal â Drama'r Geni, clywsom gan y plant beth oedd y Nadolig yn ei olygu iddyn nhw. Yn dilyn y gwasanaeth cyflwynwyd anrhegion i'r plant a mwynhawyd sgwrs dros goffi a mins peis. Diolch i bawb am eu gwaith caled ac am y rhoddion hael gan nifer o'r aelodau i'r Ysgol Sul, a diolch yn arbennig i'r rhieni am gefnogi'r Ysgol Sul drwy gydol y flwyddyn.

Cawsom wasanaeth bendithiol dan olau cannwyll ar noswyl Nadolig. Roedd awyrgylch hyfryd yn y capel a chymerwyd rhan gan nifer o'r aelodau. Ar Sul olaf y flwyddyn, cawsom bregeth afaelgar a chofiadwy gan ein bugail y Parchedig Brian Huw Jones ar y testun 'Gwasanaethwch yr Arglwydd drwy weithred'. Rydym yn cofio yn ein gweddïau am y rhai sydd methu mynychu'r oedfaon; diolch i'r aelodau hynny sy'n ymweld â'r cleifion yn rheolaidd.
Ar ddechrau'r flwyddyn hefyd, cynhaliwyd Cyfarfod Gweddi Dechrau Blwyddyn gyda nifer o aelodau'n cymryd rhan.

GWEITHREDU DROS BLANT

Diolch o galon i bawb am eich cyfraniadau i'r apêl anrhegion Nadolig.

CINIO NADOLIG PANED A SGWRS

Aeth ffrindiau Paned a Sgwrs allan am ginio Nadolig blasus iawn mewn gwesty lleol. Cofiwch fod croeso cynnes i unrhyw un ymuno â ni ar fore Mercher rhwng 10.00 ac 11.00 o'r gloch.

ER COF

Gosodwyd torch ar gofeb ryfel Galltmelyd er cof am ei hewythr gan Mrs Glenys Davies, un o'n haelodau ffyddlon a gweithgar a fu gynt yn aelod yn Salem, Galltmelyd.

GOHEBYDD . GWENDA HUMPHRIES

Preswylfa, Cyffordd Llandudno

TEILWNG YW'R OEN

Nos Sadwrn Tachwedd 30 yn Eglwys Sant Paul, Bae Colwyn cynhaliwyd cyngerdd Teilwng yw'r Oen gan Gôr Alaw gyda'r unawdydd Sara Davies, enillydd Cân i Gymru a'r Ŵyl Ban Geltaidd, a hefyd Wyn Pearson a'r band. Mae un o ffyddloniaid Preswylfa sef Barbara Thomas yn aelod o Gôr Alaw. Un arall o'r Gyffordd sef Mr Meurig Edwards oedd yn gyfrifol am y darlleniadau rhwng y caneuon. Roedd yr eglwys yn llawn a phawb wedi cael noson i'w chofio.
GOHEBYDD . LLINOS GARSTANG

Pendref, Dinbych

OEDFAON

Yn ystod Tachwedd a Rhagfyr cawsom gwmni'r Parchedig Jennie Hurd, Royce Warner, Celfyn Williams a'r Hybarch Bernard a chynhaliwyd hefyd gyfarfodydd gweddi dan arweiniad aelodau'r capel. Mawr yw ein diolch iddynt oll am eu gwasanaeth a diolch i'r blaenoriaid Medwyn a Sheila am eu gwaith; i Vera am gyfeilio; ac i Gwyn am arwain y canu.

ER COF ANNWYL

Gyda thristwch y clywsom am farwolaeth ein haelod hynaf, Thomas Elfed-Owens, ac yntau'n 97 oed. Cydymdeimlwn â Prydwen a'r teulu.

DYMUNIADAU GORAU

Braf yw gweld Heulwen yn ôl gyda ni. Anfonwn ein dymuniadau gorau at ein haelodau sydd am wahanol resymau yn methu â bod gyda ni.
GOHEBYDD . MARY JONES

DATHLU'R NADOLIG

Diolch i Gwyn a Sylvia am baratoi'r preseb ac i Bethan am ofalu am ganhwyllau'r Adfent. Diolch hefyd i bawb a gyfrannodd mor hael at Apêl Nadolig Gweithredu dros Blant.
Dydd Sul Rhagfyr 22ain cynhaliwyd "Carolau a Chorau" dan ofal Vera Savage gyda Chôr Merched Caerwys a Chôr Meibion Dinbych a'r Cylch. Cafwyd gwledd o ganu. Mawr yw ein diolch i Vera am drefnu'r cyfan; i'r ddau gôr a'u harweinyddion sef Vera a Sam Pritchard; ac i'n cyfeillion o'r dref a'r ardal am eu cefnogaeth. Aeth y casgliad haelionnus o £340 at Gweithredu Dros Blant.

CINIO

Dydd Sadwrn Tachwedd 30ain cynhaliwyd ein cinio blynyddol yn y Cherry Pie, Melin y Wern. Mwynhawyd pryd blasus a hyfryd oedd cael cyfle i gymdeithasu. Diolch i Ceri am drefnu.

SAM Y CAPLAN

Nod cartref preswyl Coed Craig, Llandrillo yn Rhos, un o gartrefi MHA, yw gofalu'n dda am bob agwedd ar fywyd y preswylwyr. Yn unol â threfn y Cartrefi Methodistaidd, mae gofal holistaidd ac ysbrydol yn cael ei gyfrif yn bwysig ac fe gyflogir caplan i arwain ar hyn. Bu'r *Gwyliedydd* yn siarad â Mrs Samantha Hodgins, caplan Coed Craig, a dyma ychydig o'i hanes.

***G:* Diolch am siarad â ni, Sam! Dywedwch ychydig amdanoch eich hun, os gwelwch yn dda.**
Sam: Dwi'n briod â Tim, gweinidog yn Eglwys Bresbyteraidd Cymru, ac mae gennyf un mab, Ethan, sy'n 25 oed. Dwi wedi bod yng Nghoed Craig ers ychydig dros flwyddyn (16 mis).

***G:* Beth ydych chi'n ei wneud o ddydd i ddydd, fel caplan?**
Sam: Y prif beth dwi'n ei wneud yw ymweld â phreswylwyr yn eu hystafelloedd er mwyn gofalu am eu lles – gall hynny fod a wnelo â ffydd neu â phethau eraill. Hefyd dod i adnabod y staff ac aelodau teuluoedd preswylwyr i hyrwyddo eu lles a'u dedwyddwch. Gan fy mod yn gaplan Cristnogol mewn Cartref Gofal Methodistaidd, byddaf yn mwynhau sgyrsiau am faterion ysbrydol, ond mae pob math o bethau eraill yn codi hefyd. Dwi'n arwain gwasanaeth bob wythnos lle byddwn ni'n mwynhau cymdeithas, gan ddarllen y Beibl, canu emynau a gweddïo. Mae'n gyfle i annog preswylwyr, os oes ganddynt ffydd, i feithrin y ffydd honno.

***G:* Oes pethau eraill y disgwylir i chi eu gwneud?**
Sam: Weithiau gofynnir i mi gynnal angladd ac mae'n fraint pan fydd teulu yn gofyn i mi fod yn rhan o'r diwrnod pwysig hwn. Dwi hefyd yn darparu hyfforddiant MHA ar ofal diwedd oes i'r staff. Yn anad dim, bod yn glust i wrando yw fy swydd, cydymdeimlo â phawb all elwa ar fy amser a'm profiad.

***G:* Beth fuoch chi'n ei wneud cyn dod i weithio yng Nghoed Craig?**
Sam:Ym Mhontarddulais ges i fy magu, magwraeth gymharol normal ar aelwyd nad oedd yn Gristnogol. Trin gwallt oedd fy ngwaith am flynyddoedd a bûm yn gweithio ym maes gofal am ychydig flynyddoedd hefyd. Yn 2010 deuthum i ffydd achubol yn yr Arglwydd Iesu ac mae fy mywyd wedi newid yn aruthrol. Tua 10 mlynedd yn ôl dechreuais ddilyn hyfforddiant gydag Eglwys Bresbyteraidd Cymru, wnaeth roi cyfle imi wasanaethu mewn gwahanol fathau o weinidogaeth o fewn yr eglwys. Dwi'n parhau i fod yn un o weithwyr yr Eglwys Bresbyteraidd yn ogystal; yn ddiweddar mi fues i'n rhan o brosiect ar ddementia, oedd yn golygu annog a chefnogi eglwysi er mwyn codi ymwybyddiaeth, paratoi adnoddau a helpu arweinwyr i ddatblygu sgiliau wrth feithrin ffydd y rhai o fewn yr eglwys sy'n byw gyda dementia. Yn ogystal â bod yn gaplan, a'r gwaith gydag Eglwys Bresbyteraidd Cymru, dwi ar fy semester olaf o gwrs 6 blynedd gyda'r 'Union School of Theology', yn arwain at radd BTh.

***G:* Beth ydych chi'n ei fwynhau fwyaf ynglŷn â'r gwaith fel caplan?**
Sam: Un o'r pethau mwyaf braf am weithio yng Nghoed Craig yw gweld pobl yn dod i ymddiried ynof fel caplan ac aelod o'r staff. Mae pob diwrnod yn wahanol, mae adegau llawen ac adegau trist, ond dwi'n gobeithio fy mod yn dod ag ymdeimlad o dangnefedd a chariad Duw trwy bopeth dwi'n ei wneud. Dwi wrth fy modd yn rhannu gair Duw ag unrhyw un sy'n holi am y gobaith sydd gen i fel credadun. Dwi'n mwynhau clywed preswylwyr yn hel atgofion am eu gorffennol; hyd yn oed os ydynt yn byw gyda dementia, maen nhw'n gallu cofio amseroedd hapus. Mae'n fraint gwrando ar staff neu deulu sy'n cael amser anodd a gallaf weddïo dros fy nghydweithwyr a theuluoedd sy'n wynebu pryderon ac yn galaru am anwyliaid. Mae modd i mi eistedd a sgwrsio a gwrando ar breswylwyr pan nad yw'n bosibl i'r staff gofal wneud hynny i'r un graddau am fod eu hamser yn brin. Yna caiff pobl gyfle i siarad am eu bywydau – y gorffennol, y presennol a'r dyfodol. Pe bawn i'n gallu dewis swydd berffaith, caplaniaeth fyddai hynny. Mae rhywbeth gwahanol bob dydd ac eto mae cysondeb, a'm pleser a'm braint yw cael y llawenydd o gwrdd â phobl sydd â stori i'w hadrodd.

***G:* Diolch yn fawr iawn, Sam, am rannu eich hanes a'ch profiad o weithio fel caplan i MHA. Boed bendith Duw ar eich holl waith.**

TEULU BYD-EANG

gan Roxanne Bainbridge

Roeddwn wedi mynychu Cynhadledd Fethodistaidd y Byd yn Houston nôl yn 2016 – profiad **gwirioneddol werth chweil**. Felly pan ddaeth cyfle i fynychu'r Gynhadledd yr haf yma yn Gothenburg, roeddwn i **wrth fy modd**. Roedd bod yno yn **atgoffa rhywun yn gryf** fod ein teulu Methodistaidd yn cwmpasu'r byd cyfan, ac **mai'r hyn sydd yn ein huno yw ein hymrwymiad ni oll** i gyfiawnder, heddwch a gwasanaeth.

Y thema eleni oedd '**Ar Fynd**'. Dros dri diwrnod, cafwyd trafodaethau ynglŷn â **mudo, pererindod, a goleuadau sy'n arwain**. Roedd **y diwrnod pan roddwyd sylw arbennig i fudo** yn cyffwrdd â'r galon, oherwydd clywsom gan unigolion a gafodd brofiad o fudo, **nid o ddewis ond er mwyn goroesi**. Yn ystod sesiynau grŵp bach ar y diwrnod hwn, cefais y fraint o sôn am y gwaith pwysig sy'n digwydd yma yn ein talaith Fethodistaidd yng Nghymru gan gynnwys Canolfan y Drindod yng Nghaerdydd ac ymdrechion y Parchedig Irfan John.

I mi, roedd dau sesiwn yn arbennig **yn sefyll allan**. I ddechrau, y sesiwn am **gyfiawnder hinsawdd**. Ysgytwol oedd clywed gan y Parchedig Ddr Upolu Luma Vaai o Fiji, a siaradodd am effeithiau dinistriol newid hinsawdd ar ynysoedd y Môr Tawel. Mae clywed am realiti bywyd y rhai sy'n byw yn y mannau hyn yn gwneud i rywun **ddod at ei goed**. Yn enwedig gan mai'r **rhai sydd â lleiaf o adnoddau** sy'n dioddef fwyaf. Roedd yn arswydus cael ein hatgoffa o'r effaith y mae **ein dewisiadau ni o ran cynaliadwyedd** yn ei chael ar bobl ar draws y byd. Mae'n ategu'r angen i roi blaenoriaeth i fentrau fel Eco-Eglwys o fewn yr Eglwys Fethodistaidd wrth i ni weithio tuag at ddyfodol mwy cynaliadwy. Y sesiwn arall oedd un dan arweiniad dau Gristion Palesteinaidd – **neges o'r galon, a heriol hefyd, am y gwrthdaro sy'n parhau yn y Wlad Sanctaidd**.

Wrth gwrs, roedd addoliad yn ganolog i'r profiad o fod yn y Gynhadledd ac ymhlith yr uchafbwyntiau. Roedd pob oedfa'n teimlo'n wahanol a chwbl arbennig, **gan dynnu ar ddiwylliant y gwahanol grwpiau oedd yn arwain**. Roedd yr addoliad agoriadol yn **arbennig o deimladwy**, wrth i gynrychiolwyr o gynadleddau Methodistaidd ledled y byd ddod ar y llwyfan i rannu ychydig o'u hanes. **Pan gerddais i mewn i'r ystafell** a gweld yr holl glustffonau yn barod ar gyfer cyfieithu i wahanol ieithoedd, sylweddolais o'r newydd **pa mor anhygoel o amrywiol yw ein teulu Methodistaidd byd-eang**. Mae'n ysbrydoliaeth cael bod yn rhan o gymuned ffydd mor eang ac angerddol.

Mae Roxanne yn byw yng Nghaerdydd ac yn gweithio fel Swyddog Dysgu a Datblygu i Synod Cymru Wales.

Roeddwn wedi mynychu Cynhadledd Fethodistaidd y Byd – I had attended the World Methodist Council

gwirioneddol werth chweil – really worthwhile

wrth fy modd – thrilled

atgoffa rhywun yn gryf – powerfully reminded one

mai'r hyn sydd yn ein huno yw ein hymrwymiad ni oll – that what unites us is our shared commitment

Ar Fynd – On The Move

mudo, pererindod, a goleuadau sy'n arwain – migration, pilgrimage, and guiding lights

y diwrnod pan roddwyd sylw arbennig i fudo – the day focused on migration

nid o ddewis ond er mwyn goroesi – not from choice but to survive

yn sefyll allan – stood out

c/gyfiawnder hinsawdd – climate justice

d/ddod at ei goed – come to one's senses, be humbled [idiom]

rhai sydd â lleiaf o adnoddau – those with least resources

ein dewisiadau ni o ran cynaliadwyedd – our choices around sustainability

neges o'r galon, a heriol hefyd, am y gwrthdaro sy'n parhau yn y Wlad Sanctaidd – a heartfelt and challenging perspective on the ongoing conflict in the Holy Land

gan dynnu ar ddiwylliant y gwahanol grwpiau oedd yn arwain – shaped by the different cultures of the groups leading

arbennig o deimladwy – especially moving

Pan gerddais i mewn i'r ystafell – Walking into the room

pa mor anhygoel o amrywiol yw ein teulu Methodistaidd byd-eang – the incredible diversity within our global Methodist family

You are welcome to email fion.rowlinson@gmail.com if you would like the articles on these two pages in English.

Ardal Bathafarn

LLONGYFARCHIADAU
Llongyfarchiadau calonnog i Elved Jones, Glyndyfrdwy, ar gael ei urddo i'r wisg werdd yng Ngorsedd Eisteddfod Talaith a Chadair Powys. Bu Elved yn weithgar a theyrngar ar hyd y blynyddoedd ym mro ei fagwraeth a thu hwnt. Llongyfarchiadau hefyd i ŵyr Ann Jones, Pant Isaf, ar ennill gwobrau gyda chneifio.

GWELLHAD BUAN
Anfonwn ein cofion cynhesaf a'n dymuniadau gorau am wellhad buan at Susan Jones, Gwyddelwern; Cyril Jones, Llys Awelon; a Beryl Evans, Bathafarn. Rydym yn meddwl amdanoch i gyd ac yn dymuno'n dda hefyd i Audrey Jones sydd yn cryfhau ar ôl bod yn yr ysbyty.

OEDFAON
Cynhaliwyd oedfa Gweithredu dros Blant dan ofal Elizabeth. Anfonwn ein cofion cynhesaf at Margaret Morgan na allai fod gyda ni. Llawer o ddiolch i bawb am eu haelioni yn cyfrannu rhoddion unwaith eto at ymgyrch anrhegion Nadolig yr elusen arbennig hon.

Hyfryd oedd cael croesawu'r Parchedig Jennie Hurd i arwain ein hoedfa Nadolig. Cafwyd darlleniadau gan Lucy ac Elizabeth a braf oedd cael cwmni Dawn ac Andrew Padmore. Bu teulu Dawn yn ffyddlon yng nghapel Seion, Llanelidan. Y cyfeilydd oedd Rhian a'r llywydd oedd Rhodri; diolch hefyd i Cyril Jones am groesawu pawb wrth y drws. Aeth nifer ohonom i dŷ bwyta Chatwins i gael paned a chymdeithasu yn dilyn yr oedfa.

Roedd Eglwys Sant Pedr yn llawn ar gyfer y noson garolau gyda chanhwyllau ar y nos Sul cyn y Nadolig. Noson arbennig iawn. Yna, cyfeillion Bathafarn oedd yn gyfrifol am wasanaeth y Cymun Undebol ar fore'r Nadolig, yng nghapel Heol y Parc drwy garedigrwydd yr aelodau. Diolch i Lucy, Meta, Rhian a Gwylan am eu cymorth.
GOHEBYDD . ELIZABETH JONES

Capel Ni
yn Eglwys Iesu

Ebeneser, Dolgellau

GWASANAETH CAROLAU CYTÛN
Da yw cael cydweithio yn y dref trwy Cytûn ac ar 8 Rhagfyr cynhaliwyd Gwasanaeth Nadolig Cytûn Dolgellau yma yn Ebeneser, gydag aelodau o holl eglwysi'r dref yn cymryd rhan. Gwnaed casgliad o £160 ar gyfer Cymorth Cristnogol ar y noson, sydd o'i ychwanegu at y £450 a godwyd ym More Coffi Cytûn ym mis Tachwedd yn gwneud cyfanswm o £600 at yr achos teilwng hwn.

GWASANAETH NADOLIG
Cynhaliwyd Gwasanaeth Carolau bendithiol ar fore Sul 15 Rhagfyr dan arweiniad y Parchedig John Fenner gyda nifer o'n haelodau yn cymryd rhan. Braf hefyd oedd cael cwmni'r Parchedig Marc a Mrs Margaret Morgan. Pob dymuniad da i Margaret am wellhad llwyr a buan.

CAPEL CAFFI
Ar 22 Rhagfyr cawsom oedfa Capel Caffi yn y Llyfrgell Rydd gyda nifer o'n haelodau a'r plant a'r bobl ifanc yn cymryd rhan. Addoli a dysgu mewn dull anffurfiol a phawb yn mwynhau cymdeithasu gyda phaned a mins pei ar ôl yr oedfa. Braf oedd cael croesawu Doreen Thomas, nad oedd wedi gallu ymuno â ni yn yr oedfaon ers rhai misoedd; llongyfarchwyd Doreen ar ddathlu ei phen-blwydd yn 94 yn ddiweddar.

COFION
Anfonwn ein cofion at Mrs Mary Davies sydd ar hyn o bryd yn Ysbyty Bronglais, Aberystwyth ond yn gobeithio cael symud i Gartref Y Bae yn Nhywyn yn y dyfodol agos.
GOHEBYDD . BERYL NORGROVE

Salem, Rhyd y Foel

NOSON CODI ARIAN
Ar Ragfyr 6ed cynhaliwyd noson gwin cynnes, mins peis a stondinau yn y ganolfan i godi arian at Glwb Gateway. Mae Wyn Roberts, un o'n haelodau ffyddlon, yn cael budd mawr o fynychu'r clwb hwn. Er ei bod yn noson stormus – storm Darragh ar ei ffordd – roedd y neuadd yn llawn a phawb wedi mwynhau a'r elw yn £350.00.

SUL YR ADFENT
Cafwyd oedfa arbennig ar Sul yr Adfent o dan ofal yr aelodau. Diolch i Esther am drefnu. Bu plant yr Ysgol Sul yn brysur yn gwneud coronau, gan eu harddangos ar derfyn y gwasanaeth. Yna aeth yr aelodau ynghyd â chyfeillion Hyfrydle, Betws yn Rhos i westy'r Faenol Fawr am ginio Nadolig hyfryd.
GOHEBYDD . SIÂN PRICE

GWASANAETH CAROLAU
Ddydd Sul Rhagfyr 22ain cynhaliwyd gwasanaeth carolau dwyieithog gyda phlant yr Ysgol Sul ac aelodau a chyfeillion yn cymryd rhan, o dan ofal ein gweinidog y Parchedig Marc Morgan. Gwasanaeth arbennig iawn a'r offrwm yn mynd i Gweithredu dros Blant. Yn ystod yr oedfa cyflwynodd Catherine siec am £350.00 sef elw'r noson codi arian, i Glwb Gateway trwy law Wyn Roberts. Yn dilyn y gwasanaeth cafwyd cyfle i gymdeithasu dros baned a chacen.

Ebeneser, Eglwysbach

GENEDIGAETH
Llongyfarchiadau i Gareth a Gwenfair Bickerton, Lloran Uchaf, Llansilin, ar enedigaeth eu merch fach, Gwawr Melangell. Wyres fach i Goronwy a Diana Tu Hwnt i'r Fawnog, Maenan.

DYWEDDÏAD
Llongyfarchiadau i Siriol Hughes, Tu Hwnt i'r Fawnog, ar ei dyweddïad â James Tommason, Llandybie.

GOHEBYDD . CHARLES CRAPPER

PARTI NADOLIG
Ar Ragfyr 8fed cynhaliwyd ein Parti Nadolig. Dyma lun o'r plant yn derbyn eu hanrhegion gan Siôn Corn. Diolch i bawb am drefnu.

Ebeneser, Treuddyn

RHAGLEN ATGYWEIRIO'R CAPEL
Braf yw bod yn ôl yn y capel ar ôl yr atgyweirio. Diolch i bawb a fu'n helpu mewn unrhyw ffordd.

GWASANAETH NADOLIG
Cawsom wasanaeth carolau hyfryd ar Ragfyr 22ain ac roedd yn braf gweld plant yr Ysgol Sul, sef Clwb Capel Ebeneser, yn adrodd stori'r Geni yn y Sêt Fawr, efo tair o angylion bach yn sefyll ar y sêt i bawb eu gweld. Rydym yn ddiolchgar iawn i Mrs Alaw Smith am ei holl waith gyda'r Clwb. Dilynwyd y gwasanaeth gyda lluniaeth ysgafn a sgwrs.

CROESO I GLWB CAPEL EBENESER
Cynhelir Clwb Capel Ebeneser ar y Sul cyntaf o bob mis am 10 y bore. Estynnir croeso cynnes i blant a'u rhieni/oedolyn i ymuno â sesiynau'r Clwb.

DECHRAU BLWYDDYN
Yn ystod mis Ionawr cynhaliwyd Gwasanaeth Adnewyddu'r Cyfamod a Chymun a hefyd cawsom gyfle i groesawu Mrs Siân Williams a'r Parchedig Marc Morgan atom.

DYDD GWEDDI'R BYD
Eleni fe gynhelir gwasanaeth Dydd Gweddi'r Byd yn Ebeneser ar ddydd Sul, Mawrth 9fed am 2.30yp. Estynnir croeso cynnes i bawb ymuno â ni.
GOHEBYDD . GLENYS DAVIES

Seion, Glyndyfrdwy

Ar Ragfyr 15 daeth aelodau Rehoboth, Corwen a Seion, Glyndyfrdwy ynghyd yng Nglyndyfrdwy i oedfa Nadolig dan arweiniad arbennig y Parchedig Jennie Hurd. Yn dilyn yr oedfa, mwynhaodd pawb sgwrs dros baned a chacennau briwdda. Diolch i Elved Jones am gyhoeddi, Mary a Nia am addurno'r capel a pharatoi'r lluniaeth a Marian a Nia am y darlleniadau. Anfonwn ein cofion at Enid a Hywel Edwards oedd yn methu bod gyda ni, Enid wedi cael llawdriniaeth a Hywel wedi treulio cyfnod byr yn yr ysbyty. Da deall eu bod yn gwella'n dda iawn. Hefyd dymuniadau gorau i Elved a dderbyniodd glun newydd ar ddechrau'r flwyddyn newydd.
GOHEBYDD . NIA MORRIS

Tabernacl, Llanfyllin

DATHLU'R NADOLIG
Ar y Sul cyntaf o Ragfyr cynhaliwyd y Blygien flynyddol. Daeth saith o bartïon a dau unigolyn i ganu carolau. Arweiniwyd y gwasanaeth gan ein gweinidog, y Parchedig Gwyndaf Richards. Wedi i'r dynion ganu Carol y Swper, bu gwledda a sgwrsio yn y festri. Roedd ein horganydd, Mrs Llywela Roberts, wedi addurno'r capel yn hardd iawn eto eleni a chyfeillion lleol wedi paratoi'r lluniaeth. Anfonwyd y casgliad o £272 at Apêl Cymorth Cristnogol ar gyfer y Dwyrain Canol.

GWASANAETH TEULUOL
Paratowyd gwasanaeth y Nadolig gan Mrs Eleri Llwyd a braf oedd gweld nifer o ieuenctid yn cymryd rhan sef Triawd Llys Awel, Huw Roberts, Guto Tomlinson, Ioan a Soffia Jones, Elain Wyn, Leah Lloyd Owen, Catrin Geraint, Rhian Lloyd Evans, Teleri Lloyd Evans, Meg Howell a Rhian Tomlinson. Gwnaed casgliad at Gweithredu dros Blant.

CYDYMDEIMLO
Trist iawn yw nodi ein bod wedi colli dwy o'n haelodau yn ddiweddar. Bu Mrs Hilda Evans farw ddechrau Tachwedd a chydymdeimlwn yn ddiffuant â'i meibion Wyn a Gareth a'u teuluoedd. Cynhaliwyd gwasanaeth o ddiolch am ei bywyd yn y Tabernacl. Cyn y Nadolig hefyd bu farw Mrs Decia Blacker. Bu Decia yn weithgar iawn gyda Gweithredu dros Blant a byddai'n gofalu am yr Oedfa Flynyddol yn ogystal â chynnal digwyddiadau bob blwyddyn i godi arian at yr elusen hon oedd mor agos at ei chalon. Cynhaliwyd gwasanaeth o ddiolch am ei bywyd yn y Tabernacl ddeuddydd cyn y Nadolig. Cydymdeimlwn â Keith, ei phriod, a'i phlant a'u teuluoedd. Trist hefyd oedd clywed am farwolaeth Mrs Derwena Jones, Caernarfon, a fu'n flaenor ac yn organydd yn y Tabernacl am flynyddoedd. Pob cydymdeimlad gyda'i phlant Geraint ac Alwena a'u teuluoedd, heb anghofio'r cysylltiadau teuluol yn yr ardal hon.

GWELLHAD BUAN
Dymuniadau gorau am wellhad llwyr i Mrs Enid Morris.

LLONGYFARCHIADAU
Llongyfarchiadau i Siôn (ŵyr Tom a Mair Ellis) a Josie, a gafodd ferch fach, Ember Anwen Ellis, ar fore Dydd Nadolig. Anrheg berffaith i'r teulu! Dymunwn bob bendith ar y teulu bach. Bydd Hen Daid a Nain Llanfyllin wrth eu boddau!
GOHEBYDD . ALWENA FRANCIS

Ardal Dyffryn Conwy

COEDEN GOLEUADAU

Bob blwyddyn ers 26 mlynedd, goleuir coeden yn Llandrillo yn Rhos er budd Hosbis Dewi Sant. Cynhaliwyd seremoni a gwasanaeth y Goeden Oleuadau ar Dachwedd 24, 2024 yng nghwmni Côr Colwyn, Band Beulah Bae Colwyn, swyddogion y Clwb Rotari lleol a maer Bae Colwyn. Rhoddwyd y fendith gan y Tad Catholig. Roedd cannoedd o bobl sydd â chysylltiad â'r hosbis yn bresennol eto eleni, llawer yn cofio am anwyliaid y maent wedi eu colli. Y tu ôl i'r achlysur y mae gwaith diflino'r trefnydd, Mr Ken Owen. Dros y blynyddoedd fe gasglwyd miloedd o bunnau at waith yr Hosbis. Dalier ati, Ken, gyda'r gwaith hollbwysig hwn.

APÊL ANRHEGION NADOLIG

Diolch yn fawr i bob Eglwys am yr anrhegion a'r cyfraniadau ariannol hael eto eleni i elusen Gweithredu Dros Blant.

O'R PEN YMA

gan Angharad Tomos

Daeth gŵr mewn oed at y drws yn ddiweddar a holi oeddwn i'n credu mewn heddwch.

Dywedais mod i a holodd oeddwn i'n gwneud rhywbeth i hyrwyddo heddwch. Pwyntiais at y poster ar y drws, 'Cofiwch Gaza', a dweud mai dyna oedd fy mhryder ar hyn o bryd. Doedd o ddim am i mi arwyddo dim, mond eisiau sgwrs oedd o. Y drwg oedd fod y sgwrs yn Saesneg, a doedd gen i ddim clem pwy oedd y dyn. Roedd gen i waith i'w wneud a doeddwn i ddim yn torri fy mol eisiau sgwrs efo rhywun hollol ddieithr. Yn y diwedd, dywedodd mai un o dystion Jehova oedd o. Fe'i holais a oedd yn siarad Cymraeg.

"No, I don't. I wasn't very good at Latin in school."

Eglurais nad oeddem yn siarad Lladin yma, fod dros 70% o'r gymuned yn siarad Cymraeg.

Pan gyfaddefais mod i'n darllen y Beibl, holodd, "In Welsh?" Wel, ia, wrth reswm... pa iaith arall? Roedd o wedi bod yn Byd Mari Jones. Roedd o'n gwybod am William Morgan. Dywedodd wrthyf fod yr Esgob wedi cyfieithu'r Beibl i'r Gymraeg yng ngolau cannwyll. Dywedais fod beibl. net yn un da, ond doedd o rioed wedi clywed am hwnnw. Ar ddiwedd y sgwrs, roedd wedi casglu mod i reit hoff o'r Gymraeg.

"You're a Welsh teacher, are you?"

"No," meddwn. Ac i ffwrdd ag o.

Pob parch i'r dyn, ron i'n edmygu ei sêl genhadol, ond ron i'n gresynu ei fod mor aneffeithiol. O genhadu, mae siarad iaith y gymuned yn allweddol, ac mae ei chymharu efo iaith farw yn debyg o bechu. Tydi cyfeirio at ystrydebau yn ennill dim marciau – bosib fod y person lleol efo adnabyddiaeth ddyfnach o'r pynciau hyn nag o. A dydi neidio i gasgliadau ystrydebol ddim yn plesio.

Ges i brofiad amhleserus chwe mis yn ôl gan wraig i lawr y lôn sydd wedi symud i'r ardal a heb ddysgu'r Gymraeg. Fe'i gwahoddais i'r tŷ, ond eisiau cwyno am y poster Gaza oedd hi. Roedd hi'n Gristion o argyhoeddiad, ac roedd hi am fy ngoleuo ar y sefyllfa. Pan ddywedais mod i'n gyfarwydd â'r dadleuon, ei chwestiwn cyntaf oedd "What are your sources?" ac yna, wedi wfftio y rheiny, aeth i ddadlau yn ffyrnicach. Roedd o'n amlwg na fyddem yn cytuno, a dywedais hynny, ond dal ati a wnaeth nes ron i'n teimlo yn reit ddiflas. Daeth yn ôl mewn deuddydd i ymddiheuro, ond roedd wedi gadael blas cas, rhaid cyfaddef.

Doedd y wraig rioed wedi dod i'm tŷ o'r blaen, a doeddwn i ddim yn ei gweld mewn digwyddiadau lleol. Doedd dim perthynas rhyngom – mae hi'n mynd i gapel (Saesneg) tu allan i'r pentref. Ond yn amlwg roedd rhoi poster oedd yn groes i'w barn ar fy nrws fy hun wedi codi ei gwrychyn ddigon fel ei bod am alw i'm goleuo.

Mor wahanol yw ymddygiad y ddau yma i bobl eraill o'r tu allan sydd wedi symud i'n mysg, a'r rheini yn Gristnogion hefyd. Maent wedi dysgu Cymraeg, wedi trafferthu deall yr hanes a'r diwylliant, yn mynd â'u plant i'r ysgol leol, yn pregethu yn y capeli lleol. Maent wedi dod yn ffrindiau efo pobl, maent yn ein gwadd i'w cartref i gael bwyd. Maent yn cymryd rhan weithgar ym mywyd y gymuned. Pan yn galw, cynnig help maent, cynnig cyfeillgarwch, cynnig cariad.

Mae'r modd yna o efengylu yn gymaint mwy effeithiol.

O'R LLAN

gan y **Canon Idris Thomas**

TATŴS

Dau berson roes y cymhelliad i mi ymdrin â'r pwnc uchod, un yn offeiriad a'r llall yn golofnydd poblogaidd mewn cylchgrawn Cymraeg. Daw'r gair tatŵ o'r gair Polyneseg "tatau" sy'n golygu "ysgrifennu". Nid oes tatŵ ar fy nghorff i ond ysgwn i faint ohonoch chi y darllenwyr sydd ag un? Y dyddiau hyn mae addurno'r corff â thatŵ yn hynod boblogaidd a ffasiynol, a'r amrywiaeth yn rhyfeddol. Defnyddir tatŵio mewn nifer o ddiwylliannau ar draws y byd a hefyd gan lu o grwpiau cymdeithasol diddorol. Y colofnydd y cyfeiriaf ato yw Huw Onllwyn yn *Golwg*, a fynegodd y farn "bod tatŵs yn bethau hyll a ffôl a bod 98% o'r rheini sy'n eu gwisgo yn edrych yn chwerthinllyd o wirion". Yr offeiriad yw'r Parchedig Wendy Dalrymple sef Canon Bencantor yng Nghadeirlan Caergaint. Dywedodd hi iddi dderbyn sawl beirniadaeth ar lein oherwydd y tatŵs mawr sydd i'w gweld ar ei breichiau. Ond barn Wendy yw bod y tatŵs Cristnogol sydd ganddi yn mynegi ei ffydd a'i chred, ac mae hynny wedi bod o gymorth mawr i gychwyn ymgom gan dorri i lawr unrhyw ffiniau yn hytrach na chreu unrhyw rwystrau.

NAWDDSANT CRISTNOGION A ERLIDIR

Rwyf yn hoff iawn erioed o Wlad Pwyl a pharchaf ei thrigolion yn fawr. Fel y gwyddoch sefydlodd amryw o'i dinasyddion yma yng Nghymru. Ym mis Hydref y llynedd cofiwyd am un o arwyr Gwlad Pwyl sef offeiriad o'r enw y Tad Jerzy Popieluszko a hynny ddeugain mlynedd ar ôl ei lofruddio naill ai gan asiantaethau comiwnyddol neu yr heddlu cudd. Roedd yn dri deg saith oed. Cafwyd hyd i'w gorff mewn cronfa ddŵr ar 30ain o Hydref 1984 a hynny un diwrnod ar ddeg ers iddo gael ei herwgipio wrth iddo ddychwelyd ar ôl cynnal Offeren yn Bydgoszcz. Cyhoeddwyd y newydd am ei lofruddiaeth ar draws y byd. Fe'i cyhoeddwyd yn Ferthyr ym Mehefin 2010 a hynny mewn Offeren enfawr awyr agored yn Warsaw ac mae'r broses o'i wneud yn Sant yn parhau. Angladd y Tad Popieluszko ym mis Tachwedd 1984 oedd y mwyaf yn hanes Gwlad Pwyl, gyda chwe chan mil o alarwyr. Mae 23 miliwn o bobl, gan gynnwys arweinwyr gwledydd byd, wedi ymweld â'i fedd. Mewn llythyr bugeiliol a ddarllenwyd ymhob addoldy i gofio deugain mlynedd ei lofruddio, soniodd esgobion Gwlad Pwyl am ei fagwraeth mewn teulu duwiol gan ddwyn i gof hefyd fel cafodd y Tad Popieluszko ei ysbrydoli gan fywyd a gwaith Merthyr Auschwitz sef Maximilian Kolbe. Ef yn sicr yw nawddsant pob Cristion ledled byd a erlidir am eu cred.

ANRHYDEDDU RANDOLPH

Treuliais dair blynedd (1968-1971) yng Ngholeg Llanbed a dyna oedd cyfnod gorau fy mywyd! Mwynheais bob munud o'r amser. Yno y cyfarfyddais ag Ann fy ngwraig a hyfryd y llynedd oedd dathlu hanner canrif o fywyd priodasol hapus. Un o'm cyfeillion pennaf yng Ngholeg Llanbed oedd bachgen o Langennech sef Randolph Thomas. Roeddwn yn hynod falch fod Prifysgol Cymru Y Drindod Dewi Sant wedi dyfarnu Doethuriaeth er Anrhydedd iddo fel cydnabyddiaeth am ei waith arbennig. Yn y seremoni cyflwyniad, dywedodd yr Is Ganghellor Elwen Evans: "mae'n rhoi pleser enfawr i mi gyflwyno yr Hybarch Randolph Thomas ar gyfer gradd Doethur mewn Diwinyddiaeth. Fel cyn Gadeirydd Cynghorau Prifysgol Cymru Y Drindod Dewi Sant a Phrifysgol Cymru mae Randolph wedi gweithio yn ddiflino ar ran y sefydliadau a hynny mewn cyfnod heriol i'r sector addysg uwch yma yng Nghymru. Rwyf yn ymhyfrydu ein bod yn cael cyfle i gydnabod yma heddiw ei ymrwymiad a'i arweinyddiaeth eithriadol i addysg prifysgol".

Cofiaf Randolph yn chwarae rygbi i'r Coleg – a bûm innau yn asgellwr chwim i'r tîm pêl-droed! Cawsom ein dau ein hordeinio yn 1971, Randolph yng Nghadeirlan Tŷ Ddewi a minnau yng Nghadeirlan Bangor. Ar ôl curadiaeth yng Nghydweli a thref Caerfyrddin, aeth Randolph yn Ficer i Aberystwyth ac yna i Rydaman. Yna aeth yn ôl i Gaerfyrddin ac wedyn yn Ficer Bronllys, yna yn Offeiriad mewn gofal o Lanfrynach. Penodwyd ef yn Archddiacon Aberhonddu o 2003 hyd 2013 ac roedd yn ei elfen yn y gwaith hwn. Yn drist iawn collodd Randolph ei briod annwyl Jean yn 2018 a hithau ond yn 67, colled fawr iddo ef a'r meibion Simon, Stuart a Mathew. Buasai Jean wedi bod mor falch o weld Randolph yn derbyn yr anrhydedd hon am ei waith arbennig.

Iesu Grist, yr un ydyw ddoe a heddiw ac am byth

gan Dr Huw Tegid

Dyma hi yn 2025, a'r flwyddyn newydd yn carlamu ymlaen yn barod. A chamddyfynnu cân enwog Dafydd Iwan, mae'n wir fod "mil a phum cant o flynyddoedd yn amser rhy hir i'r cof", ond yn ôl y gwybodusion, mae hi'n fil a hanner o flynyddoedd ers i Deiniol Sant gyrraedd glannau afon Tarannon (afon Adda erbyn hyn) yn nheyrnas Gwynedd. Yno, sefydlodd eglwys o fewn ffens a elwid yn 'fangorwaith', ac a roddodd enw maes o law i ddinas Bangor. Mewn dim o dro, roedd Cristnogaeth wedi ymledu i bob cwr o deyrnas Gwynedd a gweddill yr ynysoedd hyn.

Bu newid mawr yn hanes y ddinas dros y pymtheg can mlynedd ers hynny – yn wir, mae Bangor heddiw yn wahanol iawn i'r Bangor oedd yn gyfarwydd i mi bymtheg mlynedd yn ôl. Arferwn gael achos i fynd yno o leiaf unwaith yr wythnos ar ddechrau'r ganrif bresennol, ond erbyn hyn, ymwelydd anfynych iawn ydw i. Twf y rhyngrwyd sydd i'w gyfri am hynny, siŵr o fod. Tra bod llyfrgelloedd gwych y ddinas a'r Brifysgol yn llawn rhyfeddodau addysgiadol, mae bron y cyfan o'r wybodaeth ar gael ar y we erbyn hyn. Roedd Canolfan Siopa Cae Ffynnon yn gyrchfan boblogaidd yn ei hoes, ond diflannodd honno, a hynny'n rhannol gan fod cymaint yn siopa fwyfwy ar y we.

Y we fyd eang honno, bellach, yw ein pentrefi a'n dinasoedd, a'r cyfryngau cymdeithasol yn stryd fawr neu sgwâr tref, lle'r ydyn ni'n ymddiddan, yn prynu a gwerthu, ac yn byw ein bywydau – ie, fel Cristnogion modern. Cawn gyfle i ddymuno'r gorau i ffrindiau ar eu pen-blwydd a gwyliau, croesawu babanod newydd-anedig i'r byd, a chydymdeimlo pan ddaw anffawd a phrofedigaethau i ran ein cydnabod. Cawn hefyd fynegi barn, a gwrando ar farn eraill (er mai arfer digon prin yw gwrando o gymharu â'r parodrwydd i ddweud ein dweud). Os mai blwyddyn Deiniol oedd 525, mae'n beryg y bydd 2025 yn cael ei chofio fel blwyddyn perchnogion llwyfannau cyfryngau cymdeithasol fel Elon Musk a Mark Zuckerberg.

Mae 'fforymau' y cyfryngau hyn (i gael defnyddio gair Lladin a fuasai'n gyfarwydd i Deiniol Sant a'r disgyblion cyntaf hefyd) yn gallu bod yn llefydd llawn gwenwyn, camwybodaeth a chasineb. Mae pobl yn dweud pethau yn y mannau 'rhithwir' hyn na fuasent yn meiddio eu dweud wyneb yn wyneb, ac mae rhywun wirioneddol yn gofidio beth fydd hynt y fath lwyfannau agored yn 2025 a thu hwnt. Yn ystod wythnos gyntaf y flwyddyn newydd hon clywsom fod Facebook yn llacio ei threfn 'gwirio ffeithiau', ac mae'r pwyslais ar ryddid barn yn fwy byth ar X (neu Twitter, fel yr arferid ei alw).

Mae mentro i fyd y rhyngrwyd yn brofiad brawychus, ac yn peri i rywun feddwl am y sefyllfa a gofnodir ym mhennod 10 yr Efengyl yn ôl Sant Mathew, pan mae Iesu yn anfon ei ddisgyblion i fyd peryglus, fel y mae'n cydnabod ei hunan. "Dyma fi yn eich anfon allan fel defaid i blith bleiddiaid; felly byddwch yn gall fel seirff ac yn ddiniwed fel colomennod." Mae'n debyg y buasai'r geiriau hynny wedi bod yn ganllaw gwerthfawr i Deiniol, yn yr un modd ag y maent yn fuddiol i ninnau. Da o beth fuasai i bawb ohonom droi at y bennod hon am arweiniad os cawn ni ein cyflyru neu ein cynddeiriogi i gyfrannu at ddadleuon tanbaid ar y cyfryngau cymdeithasol. Cyfarwyddyd i ddilyn ffordd syml, dosturiol a gafodd y disgyblion gan Iesu, ac anogaeth i beidio oedi gyda'r rhai angharedig a digroeso. Fel y dywed wrthynt, "Os bydd rhywun yn gwrthod eich derbyn a gwrthod gwrando ar eich geiriau, ewch allan o'r tŷ hwnnw neu'r dref honno ac ysgydwch y llwch oddi ar eich traed". Ym mha bynnag ffordd y cawn ni ein harswydo, ein gwylltio a'n tynnu i mewn i drafodaethau'r 'stryd fawr gyfrifiadurol' eleni, cofiwn am eiriau doeth Iesu, a chadwn ein pwyll.

Gwnes Addunedau Fil

gan Arwel Williams

Ysgwn i faint ohonoch chi ddarllenwyr y *Gwyliedydd* sydd eisoes wedi torri eich addunedau blwyddyn newydd erbyn hyn, yn wir faint ohonoch chi wnaeth unrhyw adduned blwyddyn newydd yn y lle cyntaf?

Weithiau fe wnawn ni addunedau 'cadarnhaol' fel gwneud mwy o ymarfer corff; cadw dyddiadur dyddiol; cynilo yn rheolaidd ac ati … neu addunedau 'negyddol' fel rhoi'r gorau i smocio; treulio llai o amser o flaen y teledu neu fwyta llai o siocled. Hynny yw, y pethau rydym am eu gwneud, neu beidio â'u gwneud, gyda'r bwriad o wella agweddau ac ansawdd ein bywydau.

Dywed un arolwg fod bron i 80% o addunedau yn cael eu torri cyn diwedd Ionawr, ac mai dim ond rhyw 9% sy'n parhau hyd fis Rhagfyr. Mae'n debyg mai'r prif resymau am y diffyg parhad yw ein bod yn gosod nodau rhy bellgyrhaeddol neu afrealistig i'w cyrraedd a hefyd y diffyg anogaeth a chefnogaeth a gawn gan eraill.

Felly, dywedir mai'r ateb ydyw cychwyn gyda chamau bychain, er enghraifft os mai'r nod yw cerdded mwy, yna cerddwch am, dyweder, rhyw 15 munud, dair gwaith yr wythnos, yn hytrach nag anelu am 30 munud 5 gwaith yr wythnos; os rhoi'r gorau i fwyta bisgedi ydi'r bwriad, yna torrwch i lawr arnynt i gychwyn yn hytrach na rhoi'r gorau iddynt ar unwaith; neu rhowch un llwyaid o siwgr yn eich te yn lle dwy. Gall hynny roi cyfle i chi ddygymod yn raddol â'r newid, a hynny o dipyn i beth yn dod yn arferiad. Wedyn gellir ymestyn eich nod. Hefyd, rhannwch eich adduned ag eraill. Mae arnom ar adegau angen rhywrai i'n hannog a'n cefnogi.

Mae hyn i gyd, wrth gwrs, yn wir ynn ein bywyd ysbrydol a chrefyddol hefyd. Ar Fawrth y cyntaf byddwn yn dathlu gŵyl ein nawddsant. Cofiwn i Dewi ein hannog i wneud y pethau bychain a chadw'r ffydd. Felly dyfalbarhawn â'r pethau hynny sydd o fewn ein cyrraedd.

Yn sicr, rydym angen cefnogaeth eraill a'r awyrgylch cywir i'n hannog i ddyfalbarhau fel disgyblion cywir i'r Iesu. Lle gwell felly i ddod o hyd i hynny nag ymysg ein cyd-aelodau oddi mewn i eglwys Iesu Grist?

Er y llith hon am addunedau, rhaid i mi gyfaddef mai hanes digon tila sydd gen i fel addunedwr, a rhyw faglu a "gwyro yma a thraw" yw fy hanes i fel disgybl i'r Arglwydd Iesu hefyd, ond gwn, waeth faint o weithiau y byddwn yn llithro, mai'r peth pwysicaf yw peidio â llwyr lesgáu, ond ailafael a dal ati. Tydi Duw ddim yn disgwyl mwy na hynny gennym.

Gwnes addunedau fil
i gadw'r llwybyr cul,
ond methu 'rwy';
Breswylydd mawr y berth,
chwanega eto nerth
i ddringo'r creigiau serth
heb flino mwy.

MAE EIN DYLED YN FAWR

gan Glyn Tomos

Ysgwn i sut ydach chi yn teimlo ar ddechrau blwyddyn newydd arall? Tra bod rhai wedi teimlo na allent weld y llynedd yn dod i ben yn ddigon cyflym mae eraill yn edrych ymlaen yn arw at gychwyn pennod newydd arall, gyffrous.

Beth bynnag eich teimladau, mae'n debyg mai yr un peth sydd ar frig rhestr dymuniad pob un ohonom ar yr adeg yma sef gweld arwyddion, boed fach neu fawr, bod pethau yn mynd i wella eleni. Byddai'n dda gweld arwyddion bod y rhyfeloedd a'r holl ladd a'r dinistr sydd yn digwydd yn Wcráin, y Dwyrain Canol a sawl gwlad arall yn dod i ben; costau byw yn gostwng er mwyn ysgafnhau'r pwysau ariannol mawr sydd ar bobl; a'n gwasanaethau cyhoeddus, yn arbennig y gwasanaeth iechyd a gofal cymdeithasol, yn gallu ymateb i'r gofyn cynyddol sydd arnynt.

Does dim dwywaith ei bod yn gyfnod anodd iawn i nifer ac yng nghanol hyn i gyd allwn ni ond diolch am y gwaith aruthrol mae staff o bob gwasanaeth yn ei wneud ar ein rhan a hynny yn amlach na pheidio o dan amodau anodd a heriol dros ben.

Ymysg nifer o sectorau sydd wedi dioddef dros y blynyddoedd diwethaf mae y sector cyhoeddus sydd wedi gweld eu cyllidebau yn crebachu dros y blynyddoedd ac effaith hynny yn bellgyrhaeddol ar y gwasanaethau sydd mor hanfodol a gwerthfawr i bob un ohonom.

Ni wyddom beth sydd o'n blaenau ac yn aml iawn mae'n dda wrth hynny. Heddiw fe allwn ni fod yn mwynhau iechyd da a dros nos gall y sefyllfa newid yn llwyr a ninnau'n cael ein hunain yn wael ac angen gofal meddygol brys. Yn ddiweddar roeddwn yn un o'r rheiny oedd angen mynediad brys i ysbyty ac yn hynod ffodus bod gwely ar gael i mi ac mor ddiolchgar o'r gofal a gefais. Tra yno rhyfeddais ar y prysurdeb oedd o gwmpas y wardiau a staff ar bob lefel yn gweithio'n galed ac yn ddi-baid ddydd a nos gan ddangos cymaint o ofal tuag at bawb.

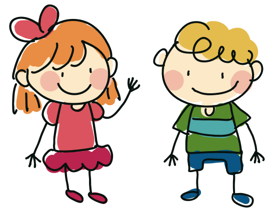
Hefyd roedd y galw am welyau yn aruthrol. Y munud roedd gwely yn dod yn wag roedd yn cael ei lenwi gan glaf arall oedd yn disgwyl mynediad mewn ambiwlans tu allan i'r ysbyty. Prin oedd gan y staff amser i gael eu gwynt atynt wrth i glaf ar ôl claf gyrraedd yr ysbyty. Roedd y gwaith yn ddiddiwedd.

Er mor rhwystredig ac anodd mae hi yn gallu bod ar nifer fawr y dyddiau hyn, mae'n bwysig cofio wrth gwrs mai y drefn mae'r staff yn gweithio dani sydd yn annigonol ac nid y staff eu hunain. Ni allant hwy ond gwneud eu gorau o fewn yr adnoddau prin sydd ar gael iddynt. O'r hyn a brofais yn yr ysbyty ni ellir cwestiynu ymroddiad a gofal y staff wrth iddynt geisio delio efo'r pwysau aruthrol sydd ar y gwasanaeth.

Yr un pryd, mor galonogol yw cyfraniad aruthrol sawl corff gwirfoddol, a nifer o eglwysi a chapeli yn eu mysg, i leddfu rhywfaint ar y pwysau sydd ar y gwasanaeth iechyd a gofal. Mae eu gwaith arbedol wrth agor eu drysau i gynnig lloches, bwyd a chefnogaeth i rai sydd mewn angen yn eu cymunedau mor werthfawr. Yn sicr mae'r gefnogaeth yma yn fodd i gadw pobl yn eu cartrefi ac o gymorth i osgoi mynediad i ysbytai, sydd yn gyfraniad mor allweddol. Ni allwn ddiolch digon i'r holl wirfoddolwyr hyn.

Tra ein bod yn dal i ddisgwyl mor eiddgar ag erioed am arwyddion bod pethau yn gwella, ni allwn ddiolch digon am bob ymdrech a wneir i geisio cynnal pob un ohonom yn y sefyllfa anodd sydd ohoni. Mae ein dyled yn fawr.

Ar gyfer y plant



Iesu yn cael ei demtio

Wedi i Iesu dyfu i fyny yn Nasareth, aeth i Jwdea a chafodd ei fedyddio gan Ioan Fedyddiwr yn Afon Iorddonen. Daeth Ysbryd Duw o'r nefoedd fel colomen a gorffwys ar Iesu a daeth llais o'r nefoedd yn dweud mai Ef yw mab annwyl Duw sydd yn ei blesio'n llwyr.

Yna aeth Iesu i'r anialwch am 40 diwrnod a daeth y diafol, gelyn Duw, a themtio Iesu ym mhob ffordd bosibl. Roedd Iesu eisiau bwyd a dywedodd y diafol wrtho am droi'r cerrig wrth ei draed yn fara. Gwrthododd Iesu a dywedodd fod yn rhaid i ni wrando ar eiriau Duw.

Yn yr anialwch roedd Iesu yng nghanol anifeiliaid gwylltion a daeth angylion a gweini arno. (Marc 1:9-13)

N	E	N	O	DD	R	O	I
A	CH	Y	W	H	B	C	E
B	W	T	I	O	R	DD	S
W	L	I	E	I	N	A	U
U	A	U	S	M	R	O	I
D	I	D	E	TH	T	LL	G
A	N	I	A	CH	FF	I	B
S	A	D	Y	W	B	J	O

IORDDONEN
ANIALWCH
BWYD
IESU
TEMTIO
DUW