CAMU

Gwasanaeth Plant ac Ieuenctid

Rydym am weld eglwysi lle y bydd plant, pobl ifanc, teuluoedd ac oedolion wrth eu bodd yn perthyn iddynt, ac yn mwynhau eu mynychu.

Y mae cynllun CAMU yn gyfres o astudiaethau Beiblaidd ac adnoddau pellach er mwyn hwyluso trafodaeth yn yr eglwys leol am le a rôl plant ym mywyd yr eglwys leol.

Yna, dyma fi'n dweud wrthynt: "Dach chi'n gwybod pa mor anodd ydi pethau yma: mae Jerwsalem yn adfeilion a'i giatiau wedi eu llosgi. Dewch! Gadewch inni ail-adeiladu wal Jerwsalem a dod â'r sefyllfa warthus yma i ben". Dywedais yr hanes wrthynt, fel roedd Duw wedi bod gyda mi, a beth roedd y brenin wedi dweud wrtha'i. A dyma nhw'n ymateb-"Gadewch inni ddechrau adeiladu ar unwaith. A dyma nhw'n annog ei gilydd i fynd ati i wneud y gwaith pwysig hwn." Nehemeia 2:17-18

Dywedodd Nehemeia, "Oni welwch y trafferth yr ydym ni ynddo"? Tybed a ydan ni yn gweld y 'trafferth' y mae llawer o'n heglwysi ynddo? Mae pawb ohonom yn sylweddoli yr heriau sy'n ein hwynebu, yn arbennig wrth ystyried lle plant a phobl ifanc ym mywyd ein heglwysi. Gwyddom am yr ymdrech y mae rhai eglwysi yn ei wneud i newid pethau ac y mae rhai newidiadau rhagorol eisoes wedi digwydd. Mae'n wefreiddiol gweld pobl ifanc yn ymroi i wasanaethu'r Arglwydd Iesu yn lleol ac yn ehangach.

Ond beth am fywyd a chenhadaeth ein cynulleidfaoedd lleol? Onid oes angen gwneud mwy i helpu ein heglwysi lleol sydd am dderbyn cefnogaeth? Oni fyddai'n wefreiddiol clywed rhai o'n haelodau ni yn dweud yn yr un modd a wnaeth y bobl wedi i Nehemeia siarad â hwy "Gadewch inni godi i fyny ac adeiladu".

Ein gobaith yw gweld eglwysi y bydd plant, pobl ifanc, teuluoedd ac oedolion wrth eu bodd yn perthyn iddynt, rhai y byddant wrth eu bodd yn eu mynychu.

Mae angen i eglwysi ar hyd a lled Cymru fabwysiadu a rhannu'r weledigaeth hon! Oni ddylem weithio gyda'n gilydd fel eglwysi ac enwadau i geisio gwasanaethu ein cynulleidfaoedd lleol er mwyn helpu gyda phob agwedd o fywyd yr eglwys. Mae'n heglwys lleol angen pob oedran er mwyn bodoli a thyfu.

Datblygwyd cynllun **CAMU** gan dîm gwaith plant ac ieuenctid Eglwys Bresbyteraidd Cymru fel adnodd i helpu eglwysi lleol i drafod a rhoi cynllun mewn lle er sicrhau bod plant ac ieuenctid yn cael bob chwarae teg, a dangos bod croeso iddynt o fewn ein heglwysi. Mae'r syniadau a geir yma yn berthnasol i bob enwad a thraddodiad Cristnogol yng Nghymru.

Pwrpas y cynllun **CAMU** yw helpu eglwysi ddod yn eglwysi sydd yn........:

CYHOEDDI Duw a Iesu ac yn gwasanaethu'r gymuned leol gyda chynhesrwydd a chroeso, gan adlewyrchu Iesu a llawenydd yr Efengyl.

ADDYSGU pobl am Iesu gan ddarparu patrymau o addoliad sydd yn cynnig profiadau ysbrydol i bobl o bob oed a darparu gweithgareddau sydd yn helpu pobl i ddyfnhau eu perthynas â Duw yn Iesu.

MEITHRIN y naill a'r llall wrth eu hannog i fentro mewn cyfeiriadau newydd. Annog ein haelodau i fod yn rhan o'r gwaith. Annog teuluoedd i fod yn rhan o'r eglwys leol.

UNO pobl o bob oedran o fewn yr eglwys mewn gwaith ac addoliad, gan ffurfio partneriaethau i hyrwyddo teyrnas Dduw yn y gymuned.

Mantais gweledigaeth syml fel hon yw y bydd rhai eglwysi yn sylweddoli mai yn Nuw y mae'n gobeithion ac y gall camau bach arwain at ganlyniadau mawr a phellgyrhaeddol. Mae'n rhaid i'n hymdrechion fod yn seiliedig ar y Beibl, yn rhai sydd wedi eu trochi mewn gweddi ac yn rhai sydd yn anrhydeddu Duw, neu fel arall ofer fydd ein hymdrechion.

camu

Gwasanaeth Plant ac Ieuenctid

Holiadur y Bobl

Beth ydw i'n hoffi am ein capel?

Beth fuaswn i'n hoffi ei wella am ein capel?

A wnewch chi lenwi'r ffurflen hon a'i dychwelyd erbyn ………………………… a'i rhoi yn y bocs priodol sy'n y cyntedd.

Holiadur Adnabod yr Ardal

Yr Eglwys yn y Gymuned

A yw'r eglwys ynghanol dinas neu dref, mewn maestref, pentref neu yng nghefn gwlad?

Pwy sy'n byw yn ardal eich eglwys?

Rhowch amcangyfrif yn y blychau

Plant	☐	Rhai sy'n byw ar eu pen eu hunain	☐
Pobl ifanc	☐	Pensiynwyr ifanc	☐
Teuluoedd	☐	Pensiynwyr hŷn	☐
Teuluoedd unig rieini	☐		

Beth yw problemau cymdeithasol eich cymuned?

Beth yw cyfleusterau presennol y llywodraeth / cyngor lleol yn eich cymuned?

Pa sefydliadau sy'n uchel eu parch yn ardal eich eglwys? Pam?

Yr Eglwys yn y Gymuned

Beth yw diddordebau cymdeithasol eich cymuned?

Sut a lle mae pobl yn cyfarfod yn y gymuned?

A oes rhai o aelodau neu fynychwyr yr eglwys yn weithgar yn y gymuned? Ym mha ffyrdd?

Disgrifiwch eich cymuned?

Economi'r Gymuned

Beth yw grwpiau economaidd-gymdeithasol y gymuned?

Beth yw prif waith eich cymuned?

Beth yw sefyllfa diweithdra'r gymuned?

O'r bobl sy'n gweithio, a yw'r rhan fwyaf yn gweithio o fewn y gymuned neu'r tu allan?

Diwilliant y Gymuned

Beth yw gwerthoedd pennaf a ffyrdd o fyw pobl y gymuned?

Beth yw canran siaradwyr Cymraeg y gymuned?

A oes siaradwyr ieithoedd eraill heblaw'r Gymraeg a'r Saesneg yn y gymuned?

Capeli, Eglwysi a Chrefyddai eraill yr Ardal

Beth yw enwau ac enwadau'r eglwysi sydd yn y gymuned?

A oes cydweithio rhwng capeli eich cymuned? Os oes cydweithio, enwch y capeli?

A yw'r eglwys yn rhan o Cytûn yr ardal?

A oes crefyddau eraill yn ardal yr eglwys?

camu

Gwasanaeth Plant ac Ieuenctid

Holiadur yr Eglwys

Pwy yw'r Swyddogion?

Oedran yr aelodau a'r mynychwyr?

0 - 4	☐	15 - 18	☐	47 - 56	☐
5 - 8	☐	19 - 25	☐	57 - 66	☐
9 - 11	☐	26 - 36	☐	67 - 77	☐
12 - 14	☐	37 - 46	☐	78+	☐

Unrhyw sylw?

Doniau'r aelodau a'r mynychwyr?

Yr adeiladau a'u cyflwr?

Y sefyllfa ariannol?

Gweithgareddau presennol yr Eglwys?

Plant

Pobl ifanc

Teulu

Oedolion

Pob oed

Gweithgareddau'r Gorffennol

Llwyddiant

Methiant

“Yr oedd gan y bobl galon i weithio.”
(Nehemeia 4:6)

---

7 Gwers o Nehemeia
ar gyfer Eglwysi sydd am adfywio

Sesiwn 1
Adnabod yr angen
(Nehemeia 1)

Sesiwn 2
Cynllunio'n ofalus
(Nehemeia 2)

Sesiwn 3
Delio â gwrthwynebiad a thrafferthion
(Nehemeia 2, 4 a 6)

Sesiwn 4
Gwaith tîm
(Nehemeia 3 ac 11)

Sesiwn 5
Arwain drwy wasanaethu
(Nehemeia 5)

Sesiwn 6
Ffydd ac ymroddiad
(Nehemeia 8, 9 a 10)

Sesiwn 7
Dyfalbarhau a chanolbwyntio
(Nehemeia 13)

Sesiwn 1
Adnabod yr angen
(Nehemeia 1)

Dangos clip fideo Sesiwn 1:1

Mae'r Hen Destament yn cynnwys gwahanol fathau o lyfrau – llyfrau barddonol fel y Salmau a Chaniad Solomon, llyfrau o broffwydoliaethau fel Jeremeia ac Eseia a llyfrau hanes sy'n sôn am ymwneud Duw â'i bobl. Llyfr hanes yw Nehemeia. Mae'n adrodd stori ailgodi muriau Jerwsalem a hanes pobl Dduw yn adnewyddu eu ffydd. Mae rhannau o Nehemeia wedi eu sgwennu yn y person cyntaf a dyna pam y mae rhai penodau yn darllen fel dyddiadur neu flog.

Dros y saith sesiwn nesaf byddwn ni'n edrych ar y themâu canlynol:
i) Adnabod yr angen (Nehemeia 1)
ii) Cynllunio'n ofalus (Nehemeia 2)
iii)Delio â gwrthwynebiad a thrafferthion (Nehemeia 4 a 6)
iv) Gwaith tîm (Nehemeia 3 a 11)
v) Arwain drwy wasanaethu (Nehemeia 5)
vi) Ffydd ac ymroddiad (Nehemeia 8, 9 a 10)
vii) Dyfalbarhau a chanolbwyntio (Nehemeia 13)

Y gobaith yw y bydd edrych ar sut aeth Nehemeia a phobol Jerwsalem ati i ailgodi'r muriau ac aildanio eu ffydd yn Nuw yn help i ni wneud yr un peth yn ein cymunedau a'n capeli/eglwysi drwy Gymru.

Gadewch i ni ddechrau drwy fynd yn ôl i'r flwyddyn 445 cyn Crist, tua 2,500 o flynyddoedd yn ôl a darllen Nehemeia pennod 1 gyda'n gilydd.

Roedd hi'n fis Cislef, sef tua mis Tachwedd neu fis Rhagfyr yn ein calendr ni heddiw. Mae'r ddrama'n dechrau ym mhalas y Brenin Artaxerxes yn Shwshan, dinas a fyddai heddiw yn Iran. Roedd Nehemeia yn bell o gartref. Daeth ei frawd, Chanani, a rhai o'i ffrindiau o Jerwsalem at Nehemeia yn Shwshan. Yn naturiol dyma Nehemeia'n holi: "Sut mae pawb yn Jerwsalem?" Dyna gwestiwn y byddwn ni i gyd yn gofyn am ein ffrindiau a'n teulu na fyddwn wedi'u gweld ers amser. Yna, dyma'r newyddion drwg yn cael ei dorri. Roedd ei deulu a'i ffrindiau yn Jerwsalem yn cael "amser anodd" oherwydd fod wal Jerwsalem wedi ei chwalu a bod giatiau y ddinas wedi eu llosgi â thân.

Mae'n anodd dychmygu sut y byddai Nehemeia wedi teimlo wrth glywed y newyddion. Ond gadewch i ni drio rhoi ein hunain yn esgidiau Nehemeia wrth glywed yr hanes yma.

Dangos clip fideo Sesiwn 1:2

Dychmygwch eich bod chi filltiroedd i ffwrdd o'ch cartref a'ch eglwys. Beth am drafod pa mor bell o gartref rydych chi wedi bod?

Dyma chi'n clywed bod tân wedi bod yn eich cartref neu'ch capel/eglwys, ac o ganlyniad bod eich teulu a'ch ffrindiau yn cael "amser anodd" yn debyg i bobl Jerwsalem yn llyfr Nehemeia.

Beth fyddai'ch ymateb cyntaf chi?
Chwys oer i lawr y cefn. Wedyn, mae'n siŵr y byddai rhyw banig yn dod drosoch. Byddai llawer ohonon ni'n crïo. A dyna oedd union ymateb Nehemeia. Roedd yn crïo o waelod ei berfeddion dros ei bobl, dros ei deulu, dros ei ddinas a dros ei genedl.

Tybed pwy sydd wedi wylo dros gyflwr eich cymuned neu dros gyflwr ysbrydol Cymru yn ddiweddar?

Mae rhai Cristnogion yn wylo dros Gymru yn aml. Mi fydda i weithiau yn wylo dros ei chyflwr ysbrydol hi ac yn wylo hefyd am effaith yr argyfwng ysbrydol ar ein cymunedau: cyffuriau, goryfed, gwleidyddion di-asgwrn-cefn, materoliaeth ac ati. Mae'n bwysig sylwi beth mae Nehemeia yn ei wneud ar ôl wylo dros ei bobl. Mae'n mynd i ymprydio a gweddïo am ddyddiau.

Ydych chi'n ymprydio neu'n gweddïo dros gyflwr eich cymuned neu'ch capel/eglwys weithiau?

Dyma'r her gyntaf i ni o fywyd Nehemeia. Ar ôl adnabod yr angen, mae'n troi at yr un sy'n gallu newid y sefyllfa, sef Duw. Gadewch i ni edrych ar weddi Nehemeia nesaf. Wrth edrych ar ei weddi rydyn ni'n dysgu llawer am weddi a beth mae'n ei olygu i ymddiried yn Nuw.

Mae Nehemeia yn moli Duw am ei fawredd a'i ffyddlondeb i'w bobl. Roedd hi'n dipyn o beth i Nehemeia ddweud hyn gan fod hwn yn gyfnod pryd roedd hi'n ymddangos i'r Iddewon bod Duw wedi troi ei gefn arnyn nhw.

Ydyn ni fel Cymry'n teimlo weithiau bod Duw wedi troi ei gefn arnon ni?

Mae Nehemeia'n cyffesu ei bechodau ei hunan a phechodau ei gyd-Iddewon gerbron Duw. Yr awgrym yn y weddi yw na fuodd yr Iddewon yn ffyddlon yn eu cariad at Dduw a'u bod heb gadw gorchmynion Duw. Mae'n bwysig i ni hefyd gydnabod bod Cymru, ar y cyfan, wedi crwydro yn bell oddi wrth Dduw.

Mae'n bwysig ein bod ni'n onest gyda Duw mewn gweddi. Mae'n rhaid i ni gydnabod ein

beiau a'n pechodau wrth Dduw. I bobl sydd eisiau perthynas gyda Duw, mae'n rhaid dechrau'r daith drwy gydnabod ein pechodau. Mewn ffordd, mae'n debyg i fynd at y Doctor. Mae'n rhaid i chi ddechrau trwy gydnabod eich bod yn sâl a bod angen eich gwella – adnabod y symptomau ac yna gall y Doctor roi'r feddyginiaeth.

Erbyn diwedd y weddi mae Nehemeia yn diolch i Dduw am drefnu ateb i'r broblem ac mae'n ymbil ar Dduw i wrando ar ei weddi a'i ddefnyddio fel gwas i helpu i adfer Jerwsalem a'i phobol.

Y ddwy wers bwysig ar ddechrau hanes Nehemeia yw ei fod:
i) yn adnabod yr angen a
ii) yn ceisio Duw mewn gweddi gan mai Duw yw'r un sydd yn abl i newid y sefyllfa.

Trafodwch beth yw'r angen yn eich cymuned a'ch capel/eglwys chi ac yna ceisiwch Dduw mewn gweddi fel y gwnaeth Nehemeia. Am y tro, ceisiwch osgoi trafod atebion posib – pwrpas y sesiwn gyntaf yma yw adnabod yr angen.

Dangos clip fideo Sesiwn 1:3

Sesiwn 2
Cynllunio'n ofalus
(Nehemeia 2)

Dangos clip fideo Sesiwn 2:1

Yn y sesiwn gyntaf, fe welson ni fod Nehemeia wedi cael baich gan Dduw dros Jerwsalem. Gweddïodd am fisoedd ac fe welodd yr angen. Gobeithio’n bod ni erbyn hyn wedi adnabod yr angen yn ein cymuned ni.

Ar ôl adnabod yr angen mae Nehemeia yn symud ymlaen i gynllunio. Yn y sesiwn yma, gobeithio y byddwn ni hefyd yn gweld bod cynllunio gwaith a chenhadaeth ein eglwys yn allweddol bwysig. Mae adnabod yr angen, teimlo baich a bwrw iddi yn llawn brwdfrydedd yn bwysig – ond rhaid hefyd gynllunio a threfnu yn ofalus.

Er mwyn cael amser i fynd i Jerwsalem, roedd rhaid i Nehemeia ofyn i'r Brenin am amser i ffwrdd o'i waith. Doedd y Brenin ddim yn dilyn yr un Duw â Nehemeia felly roedd hi'n wirioneddol wyrthiol fod y Brenin wedi gadael i Nehemeia ddilyn yr alwad a roddodd y Duw byw ar ei galon. Wrth edrych ar gyflwr ysbrydol a materol ein cymunedau, rydyn ni hefyd yn ymwybodol mai dim ond gwyrth sy’n mynd i newid cyfeiriad ein cymunedau. Mae'n bwysig cofio felly ein bod ni'n dilyn ac yn addoli Duw sy'n gallu gwneud yr amhosib!

I ba raddau mae'r dasg sydd o'n blaen yn ymddangos yn amhosib? Beth yw'r wers o Nehemeia ac o Mathew 19:26 - *'Ond dyma Iesu'n edrych arnyn nhw, a dweud,“Mae'r peth yn amhosib i bobl ei wneud, ond mae Duw yn gallu! Mae Duw'n gallu gwneud popeth!”'* ?

Trwy Nehemeia 2 rydyn ni'n gweld bod y cynllunio a'r paratoi yn mynd yn ei flaen yn dda, ond nid heb ei broblemau. Mae Nehemeia’n wynebu peth gwrthwynebiad ac fe fyddwn ni'n trafod sut mae delio â gwrthwynebiad a thrafferthion yn y sesiwn nesaf.

Ar ôl taith hir fyddai wedi cymryd rhai misoedd, mae Nehemeia o'r diwedd yn cyrraedd Jerwsalem i ddechrau ar y gwaith. Ar ôl misoedd o weddïo, misoedd o deithio a llawer iawn o baratoi a disgwyl ymlaen, mi fyddai rhywun yn disgwyl i Nehemeia fynd ati’n syth i ddechrau ar y gwaith.

Ond na, ar ôl cyrraedd mae'n gorffwys am dridiau cyn mynd ati (Ad. 2:11). Mae bywyd Nehemeia’n dangos i ni bod gorffwys a pharatoi yn hanfodol i fywyd a gwaith y Cristion. Mae'n ein helpu ni i ganolbwyntio ar ein gwaith a chanolbwyntio ar ein perthynas gyda Duw.

Yn ein byd prysur ni mae'n mynd yn fwyfwy anodd cael cyfle i orffwys. Rhaid i ni beidio â

gweld ein gwaith gyda'r eglwys fel un cyfrifoldeb arall – un bêl arall i'w jyglo. Mae'n bwysig i ni weld gwaith yr eglwys fel rhywbeth sy'n cyfoethogi ein bywyd ac yn ein cynnal, nid un cyfrifoldeb arall sy'n ein blino.

Ydych chi'n gweld eich bywyd eglwysig fel cyfrifoldeb neu fel galwad? Oes gwahaniaeth? Sut mae cael yr agwedd gywir at waith Duw yn ein cymuned?

Ar ôl cymryd amser i orffwys mae Nehemeia'n mynd allan i ddechrau archwilio'r ddinas i weld beth oedd o'u blaenau a sut fydden nhw'n mynd ati. Mewn geiriau eraill, mae'n mynd ati i gynllunio'n ofalus (Ad. 2:12-15). Yn ddiddorol, mae'n mynd allan liw nos gyda dim ond ychydig o bobl. Hynny yw, aeth e ddim allan ganol dydd o flaen pawb, dim sioe fawr – 'Edrychwch, dyma fi Nehemeia wedi dod i'ch sortio chi a'ch dinas allan!'. Dim o gwbl. Roedd y ffordd aeth o'i chwmpas yn ostyngedig iawn.

Mae hon yn her fawr i Gristnogion oherwydd mae llawer o bobl dros y blynyddoedd wedi siarad yn hyderus am ddod â'r efengyl i Gymru ond, am wahanol resymau, wedi methu. Mae optimistiaeth naïf yn beryglus. Mae cynllunio a pharatoi'n dawel yn bwysig er mwyn cael yr effaith fwyaf pan rydych chi, yn y diwedd, yn mynd yn gyhoeddus gyda'ch cenhadaeth. Os ewch chi'n gyhoeddus heb fod wedi cynllunio'n iawn, yna aiff y cyfan yn ffliwt.

Dangos clip fideo Sesiwn 2:2

Oes gyda chi brofiad o fentro gyda rhyw genhadaeth heb gynllunio'n iawn? Beth yw'r gwersi rydych chi wedi eu dysgu o'r profiad yna?

Ym mhennod 2, mae Nehemeia'n mynd o gwmpas y ddinas i gasglu'r ffeithiau. Mae'n archwilio'r mur, y pyrth a'r adeiladau yr oedd angen eu trwsio. Roedd Nehemeia'n gwybod bod angen seilio'r gwaith ar *ffeithiau* nid ar syniadau anghywir.

Mae gwers i ni fan hyn. Pa mor dda ydyn ni, mewn gwirionedd, yn adnabod ein cymuned ni? Lle yn union mae'r teuluoedd? Lle mae'r siaradwyr Cymraeg? Ydyn ni'n nabod ein cymuned fel y mae go iawn neu a yw'r syniadau sydd gennym am y gymuned wedi'u seilio ar ein rhagdybiaethau ni a'r cylch bach o bobl rydyn ni'n troi ynddo.

Beth am astudio demograffeg eich cymuned? Mae modd cael yr ystadegau oddi ar wefan eich cyngor sir neu ar wefan y cyfrifiad. Faint o blant? Pobl ifanc? Henoed? Faint sydd mewn gwaith? Faint sy'n ddi-waith? Beth am eglwysi'r cylch? Oes ardal yn y gymuned heb yr un eglwys yn ei chyrraedd? Mae'n bwysig i ni archwilio ein cymunedau yn yr un modd ag yr oedd Nehemeia'n archwilio Jerwsalem er mwyn adnabod ein cymuned a pharatoi'n iawn at y gwaith sydd o'n blaenau.

Ar ôl asesu'r sefyllfa, dod i adnabod y ddinas a gweld beth oedd o'i flaen, dyma Nehemeia'n dechrau tynnu mwy o bobl i mewn (Ad. 17-18). Sylwch ar y geiriau cynhwysol – mae'n cynnwys pawb. 'Dewch', nid 'Rwy'n mynd' neu 'Cer di', 'Adeiladwn' nid 'Dwi'n mynd i adeiladu' neu 'Chi mynd i adeiladu'. Ar ôl i Nehemeia rannu ei stori hyd yma a rhannu'r weledigaeth roedd Duw wedi'i rhoi iddo, mae'n ysbrydoli pawb i berchnogi'r gwaith. “Awn ati i adeiladu” ac fe wnaeth pawb fwrw iddi.

Roedd pawb wedi dod i weld beth oedd ewyllys Duw ar eu cyfer nhw. Ydyn ni, bob un ohonon ni, wedi gweld beth yw ewyllys Duw i ni? Ydyn ni'n barod i fynd ati i gynllunio'n ofalus?

Dangos clip fideo Sesiwn 2:3

Sesiwn 3

Delio â gwrthwynebiad a thrafferthion

(Nehemeia 2, 4 a 6)

Dangos clip fideo Sesiwn 3:1

Wrth wneud gwaith Duw, byddwn ni'n dod wyneb yn wyneb â gwrthwynebiad o bryd i'w gilydd ac yn wynebu trafferthion yn aml. Trwy'r Beibl rydyn ni'n gweld pobl Dduw yn delio â gwrthwynebiad ym mhobman ac nid yw hanes Nehemeia ddim gwahanol.

Mae Nehemeia’n derbyn gwrthwynebiad gan dri cymeriad yn arbennig sef Sanbalat, Tobeia a Geshem. Trwy lyfr Nehemeia, mae'r cymeriadau hyn yn dychwelyd dro ar ôl tro i geisio gwrthwynebu Nehemeia, tanseilio ei waith a thorri calon pawb sy'n gweithio gydag e.

Wrth i ni edrych ar y ffordd mae Nehemeia’n delio â'r gwrthwynebiad a'r anawsterau yma, gallwn ni ddysgu sut mae delio â'n sefyllfaoedd ni hefyd pan mae pethau'n mynd yn anodd.

Beth yw'r sefyllfaoedd o wrthwynebiad a’r trafferthion rydych chi wedi eu profi yn ddiweddar?

Mae Sanbalat, Tobeia a Geshem yn ymddangos yn gyntaf ym mhennod 2, adnod 19:

> *“Ond pan glywodd Sanbalat o Horon, Tobeia, y swyddog o Ammon, a Geshem yr Arab am ein cynlluniau, dyma nhw'n dechrau gwneud hwyl am ein pennau a'n henllibio ni. “Beth ydych chi'n wneud? Ydych chi'n meddwl gwrthryfela yn erbyn y brenin?"*

Dyma sut mae pobl negyddol yn gweithio, fel *gangs.* Mae pobl sy'n cynllwynio ac yn tanseilio ymdrechion pobl eraill yn aml yn ceisio hel cefnogwyr cyn mynd ati i wneud y drwg. Mae'n amlwg fan hyn fod Sanbalat a Tobeia wedi bod yn lledaenu eu gwenwyn a'u clecs ac wedi denu Geshem atyn nhw. Mae hel clecs wedi dinistrio a rhwygo cymdeithas sawl eglwys ac wedi tanseilio sawl menter genhadol.

Oes eisiau i ni fod yn ofalus i beidio â gwneud yr un camgymeriad â Geshem a dod dan ddylanwad pobl negyddol sy'n hel clecs?

Os ydyn ni'n dod ar draws ambell i Sanbalat a Tobeia y tu allan neu’r tu fewn i’r eglwys mae'n bwysig i ni redeg milltir rhag i ni ddod dan eu dylanwad.

Tacteg gwrthwynebwyr Nehemeia yw ei gamgyhuddo o wahanol bethau mewn ymgais i danseilio'r gwaith. Maen nhw wedi gweld a chlywed bod Nehemeia wedi cyrraedd Jerwsalem gyda marchogion ac wedi neidio i'r casgliad anghywir fod Nehemeia wedi cyrraedd i wrthryfela yn erbyn y Brenin. Mae'n bwysig i ni gofio nad ydy popeth rydyn ni'n ei glywed yn wir a’i bod yn hawdd i ni neidio i'r casgliadau anghywir am bobl a sefyllfaoedd. Wrth neidio i gasgliadau anghywir, gall tensiynau ac anghydfod godi o fewn yr eglwys.

Mae Nehemeia’n mynd ati i herio ac ateb y gwrthwynebwyr yn adnod 20:

> *“A dyma fi'n ateb, “Gyda help Duw byddwn ni'n llwyddo. Ei weision e ydyn ni, ac rydyn ni'n mynd i ddechrau ailadeiladu'r ddinas yma. Does yna ddim lle i chi yma, a ’dych chi erioed wedi bod â hawl i Jerwsalem.."*

Mae'n bwysig nodi nad gennym ni ein hunain mae'r ateb. Rhaid pwyso ar Dduw yn hytrach na ni’n hunain i ateb y gwrthwynebwyr. Os byddwn ni'n ceisio pwyso ar ein gallu neu ein geiriau clyfar ein hunain mae'n bosib i ni wneud ffŵl o'n hunain gan mai pechaduriaid ydyn ni fel pawb arall. Rhaid i ni, bob tro, bwyso ar Dduw a chyfeirio ato wrth ymateb i wrthwynebiad. Mae ymateb Nehemeia yn un gostyngedig: dydi e ddim yn dweud mai ef sy’n iawn. Ond yn hytrach, mae’n dweud ei fod yn ufudd i ewyllys Duw.

Sut mae gwneud safiad ac ymateb i wrthwynebiad mewn modd gostyngedig ac addfwyn?

Mae'n bwysig sylwi bod Nehemeia’n onest, hyd yn oed gyda'i wrthwynebwyr. Rhaid bod yn agored am ein ffydd, ein cymhellion a'n hamcan. Os nad ydyn ni'n agored am ein cymhellion, yna fyddwn ni'n twyllo pobl ac yn yr hirdymor fydd hynny ddim yn dystiolaeth Gristnogol iach. Er enghraifft, os ydy’ch eglwys yn trefnu Barbeciw lle bydd yna sgwrs am Iesu, mae'n bwysig bod y bobl sy'n troi i mewn yn gwybod hynny o'r dechrau. Mae pobl yn gwerthfawrogi didwylledd ac os ydyn ni’n onest am ein cymhellion wrth estyn allan, mae pobl yn llai tebygol o wrthwynebu.

Mae Nehemeia yn agored iawn am ei gymhellion, mae'n gwasanaethu ac yn dilyn arweiniad Duw. Sut mae taro'r cydbwysedd iawn rhwng bod yn agored am ein cymhellion cenhadol ni a pheidio â dychryn pobl i ffwrdd?

Ym mhennod 4 mae Sanbalat a Tobeia yn ôl. Mae'r ddau wedi clywed bod Nehemeia a phawb wrthi’n ddiwyd yn ailgodi'r muriau a dydyn nhw ddim yn hoffi hyn. Mae hyn yn ein hatgoffa o un wers bwysig sef po fwyaf gweithgar y mae pobl Dduw, y mwyaf o wrthwynebiad y byddwn ni'n ei wynebu.

Ym mhennod 4 doedd Sanbalat a Tobeia ddim yn hoffi gweld Nehemeia yn llwyddo. Dydy pobl heddiw ddim yn hoffi gweld pobl eraill yn llwyddo. Ai oherwydd

eiddigedd?

Os bydd rhywun yn gwneud rhywbeth yn dda, er enghraifft canu, chwaraeon neu sgwennu, bydd pobl yn ymateb: "Mae o'n meddwl fod o'n rhywun!" Mae'n bwysig ein bod ni'n osgoi'r negyddiaeth yma yng ngwaith yr Eglwys. Mae'n bwysig i ni feithrin diwylliant o ddathlu gyda'r sawl sy'n llwyddo ac osgoi eiddigedd.

Roedd gan Sanbalat a Tobeia agenda wahanol i Nehemeia. Roedd Nehemeia am ailgodi Jerwsalem, rhoi lle saff i bobl Dduw addoli a gweld adfywiad ymysg pobl Dduw. Agenda gwbwl groes oedd gan Sanbalat a Tobeia. Doedden nhw *ddim* eisiau gweld y muriau yn cael eu hailgodi, *ddim* eisiau i bobl Dduw gael lle saff i addoli a *ddim* eisiau i'r bobl gael adfywiad.

Beth yw ein hagenda ni? Ydy'r blaenoriaethu'n iawn ar ein hagenda?

Mae pobl yn tueddu i gymryd yn erbyn pobl weithgar a chydwybodol yn arbennig os ydyn nhw eu hunain yn ddiog. Yn anffodus, yng ngwaith yr eglwys daw llawer o wrthwynebiad gan bobl sy'n gwneud dim byd eu hunain!

Pan ddaeth Nehemeia i Jerwsalem, roedd y ddinas wedi bod mewn cyflwr truenus ers dros ganrif. Dyna oedd y norm, roedd pobl wedi dod i arfer gyda'r sefyllfa. Ac felly byddai Nehemeia wedi cael gwrthwynebiad gan bobl draddodiadol oedd ddim eisiau gweld newid hyd yn oed os oedd y newid yna er gwell.

Oes profiad gyda chi o ddelio â phobl o fewn yr eglwys sy'n gwrthwynebu newid ar bob cyfri? Sut mae delio â gwrthwynebiad fel hyn?

Ym mhennod 6 mae Sanbalat, Geshem a Tobeia yn dychwelyd unwaith eto i geisio tanseilio Nehemeia a'r gwaith. Y dacteg y tro hwn yw ceisio tynnu sylw Nehemeia oddi wrth y gwaith y mae Duw wedi ei alw iddo. Ac mae'n siŵr fod hwn yn un o'r anawsterau rydyn ni hefyd yn gorfod delio gydag ef.

Yn ein heglwysi mae'n hawdd i'n sylw gael ei dynnu oddi ar yr hyn sydd wir yn bwysig. Mae'n hawdd i adnoddau ariannol prin ein heglwysi gael eu gwario ar drwsio'r organ neu'r to pan fo ei angen i ddatblygu gwaith cenhadol ac ati.

Dyma Sanbalat, Geshem a Tobeia yn anfon neges at Nehemeia ym mhennod 6:

> *1. Clywodd Sanbalat, Tobeia, Geshem yr Arab, a'r gelynion eraill fy mod wedi ailadeiladu'r wal a chau'r bylchau i gyd (er fod drysau'r giatiau ddim wedi eu gosod yn eu lle bryd hynny). 2. A dyma fi'n cael neges gan Sanbalat a Geshem yn gofyn i mi eu cyfarfod yn un o'r pentrefi ar wastatir Ono.*

Ar yr olwg gyntaf maen nhw'n ymddangos yn fwy cyfeillgar na'r arfer. Maen nhw'n dweud eu bod nhw am gyfarfod mewn lle niwtral am sgwrs gyda Nehemeia – falle'u bod nhw am glirio'r awyr a cheisio cymod? Fe welodd Nehemeia trwy eu bwriadau, roedden nhw'n ceisio tynnu ei sylw oddi ar alwad Duw.

> Ad. 3 *Felly dyma fi'n anfon neges yn ôl yn dweud, “Dw i'n gwneud gwaith pwysig, ac felly alla i ddim dod. Alla i ddim gadael i'r gwaith stopio er mwyn dod i'ch cyfarfod chi.”*

Roedd rhaid iddo ganolbwyntio ar orffen adeiladu'r wal oherwydd mai dyna oedd galwad Duw iddo. Mae gan Dduw ewyllys a galwad i bob un ohonon ni. Ond rydyn ni'n byw mewn byd sydd â phethau a phobl yn galw arnon ni ac yn ceisio'n temtio a'n rhwystro rhag gwrando ar lais Duw a'i ddilyn.

Sanbalat, Geshem a Tobeia oedd yn ceisio perswadio a themtio Nehemeia i dynnu ei lygaid oddi ar ewyllys Duw. Beth neu bwy sy'n tynnu ein sylw ni oddi ar Dduw?

Efallai mai ffrind i chi neu berthynas sydd ddim yn rhannu'ch ffydd sy'n creu'r rhwystr? Falle mai rhywbeth digon diniwed ydyw – rhywbeth rydych chi'n hoffi ei wneud: dilyn tîm pêl droed – dilyn rhaglen ar y teledu – rhywbeth sy'n iawn yn ei le ond falle ei fod weithiau yn tynnu'ch sylw chi oddi ar Iesu.

Pan fo rhwystrau'n codi a phethau'n ceisio tynnu ein sylw, rhaid ymateb fel y gwnaeth Nehemeia drwy ddweud: “Na, rwy'n glynu wrth y weledigaeth mae Duw wedi'i rhoi i mi.” Er gwaetha'r holl ymgais i danseilio ei waith, er gwaetha'r demtasiwn i fynd i lawr i lefel y gwrthwynebwyr a thaflu baw, mae Nehemeia yn gwneud yr hyn y dylen ni i gyd ei wneud sef glynu at y gwir a phwyso ar Dduw. Y gwirionedd yw'r arf cryfaf sydd gyda ni.

Dangos clip fideo Sesiwn 3:3

Sesiwn 4
Gwaith tîm
(Nehemeia 3 a 11)

Dangos clip fideo Sesiwn 4:1

Ar yr olwg gyntaf mae pennod 3 o Lyfr Nehemeia yn darllen fel llyfr ffôn Jerwsalem. 38 enw wedi'u rhannu'n 42 tîm yn gweithio ar 7 ardal wahanol o'r ddinas. Byddai llawer o bobl yn dewis neidio dros yr adran yma gan dybio nad oes dim o werth mewn penodau fel hyn yn y Beibl. Ond mae'r rhestr hir yma o enwau yn dysgu gwers bwysig iawn i ni, sef bod gwaith Duw yn waith tîm a bod lle i bawb yn y tîm.

Yn gyntaf, gadewch i ni edrych ar y gwaith ar Borth y Dom (neu Giât y Sbwriel) – ym mhennod 3, adnodau 13-14

> *13 Chanŵn a phobl Sanoach oedd yn gweithio ar Giât y Dyffryn (neu Borth y Glyn). Nhw wnaeth ei hailadeiladu, a gosod ei drysau, ei bolltau a'i barrau yn eu lle. Nhw hefyd wnaeth y gwaith ar y wal yr holl ffordd at Giât y Sbwriel — 450 metr i gyd.*

14 Malcîa fab Rechab, pennaeth Ardal Beth-hacerem, oedd yn gweithio ar Giât y Sbwriel. Fe wnaeth ei hailadeiladu, a gosod y drysau, y bolltau a'r barrau yn eu lle.

Mae Chanŵn (Hanun) a'i ffrindiau – yn gyfleus iawn – yn penderfynu eu bod nhw wedi gwneud digon o waith cyn dod at Giât y Sbwriel. Mae'n debyg mai dyma'r rhan o'r ddinas yr oedd holl wastraff y ddinas yn pasio trwyddi. Ond roedd rhaid i rywun fynd ati i weithio yno a dyna Malcîa fab Rechab oedd yn rheolwr rhanbarth Beth-hacerem, yn gwirfoddoli.

Roedd Malcîa'n ddyn pwysig â swydd dda fel rheolwr rhanbarthol. Ond gwelodd fod gwaith i'w wneud ac er bod y gwaith hwnnw yn amhleserus, mae'n torchi ei lewys ac yn mynd ati.

Mae hanes Malcîa yn wers sy'n dangos ei bod yn bwysig i ni i gyd fynd at y gwaith yn ostyngedig a pheidio â meddwl ein bod ni'n rhy dda i wneud rhywbeth. Oes rhai tasgau'n haws i'w gwneud nag eraill? Sut mae meithrin yr ysbryd cywir wrth fynd ati at y tasgau llai deniadol, ond angenrheidiol, yn yr eglwys?

Mae'r holl enwau ym mhennod 3 yn ein hatgoffa fod Duw yn gwybod ein henwau ni i gyd. Rydyn ni i gyd yn bwysig i Dduw. Mae rhestrau fel hyn yn ymddangos sawl tro yn y Beibl – nid dim ond y bobl "enwog" sy'n cael eu henwi yn y Beibl ond mae cannoedd o bobl gyffredin fel ni yn y Beibl. Pam? Oherwydd ein bod ni i gyd, gerbron Duw, yn gydradd ac mae Duw eisiau perthynas gyda phob un ohonon ni.

Oherwydd bod y dasg mor fawr, rhannodd Nehemeia ei bobl yn dîmau er mwyn gweithio ar rannau gwahanol o'r prosiect. Roedd pob tîm yn gwneud tasgau gwahanol ond eto roedd pawb yn unedig. Roedden nhw wedi eu huno yn y dasg o wasanaethu Duw a gweithio tuag at y dasg o weld enw Duw yn cael ei anrhydeddu eto yn Jerwsalem.

Ym mha ffordd y gallwn ni rannu ein pobl yn dîmau i ganolbwyntio ar wahanol agweddau o waith yr eglwys ond cadw undod a chadw llygaid pawb ar yr un nod?

Un o brif broblemau eglwysi Cymru dros y ganrif ddiwethaf a hyd yn oed heddiw yw cwlt y pregethwr. Mae pregethu a dysgu'r Beibl yn bwysig ond nid dyna'n unig yw bod yn eglwys. Nid sicrhau bod rhywun yn y blaen yn pregethu bob dydd Sul yn unig yw bod yn eglwys. Mae eglwys go-iawn yn gorff o bobl sydd wedi eu huno yn Iesu Grist a phawb yn torchi eu llewys i wneud gwahanol bethau sy’n ennill eu cymuned i Grist.

Drosodd a throsodd ym mhennod 3 mae sôn eu bod nhw'n defnyddio hen gerrig i adeiladu mur newydd. Mae dwy wers i ni fan hyn. Yn gyntaf, mae llawer o eglwysi Cymru yn llawn o bobl hŷn os nad yn llawn o gerrig! Mae'n anghywir i ni feddwl am hyn fel problem, rhaid i ni ei weld fel cyfle oherwydd fe aeth Nehemeia ati i ailadeiladu Jerwsalem gan ddefnyddio'r hen gerrig.

Efallai fod rhai o aelodau hŷn yr eglwys yn teimlo eu bod nhw wedi pasio eu *use buy date* ac nad ydyn nhw o unrhyw werth i genhadaeth yr eglwys. Mae hanes Nehemeia yn dangos bod Duw yn gallu ac eisiau defnyddio'r hen gerrig i greu rhywbeth newydd.

Mae gan aelodau hŷn eich tîm brofiadau bywyd nad oes gan rai o'r aelodau iau. Mae'r aelodau hŷn wedi magu plant, eu gweld nhw'n tyfu fyny. Mae'r aelodau hŷn wedi delio â salwch ac yn gwybod beth yw'r profiad anodd o golli ffrindiau a theulu. Mewn eglwys iach mae yna rôl hollbwysig i'r hen gerrig.

Beth yw cyfartaledd oedran aelodau’ch eglwys? Ydych chi'n gweld hyn yn straen neu ydych chi'n gweld y potensial fel Nehemeia?

Ymlaen ym mhennod 11 mae Nehemeia yn rhoi gwahanol gyfrifoldebau i wahanol bobl ac yn anfon gwahanol deuluoedd i fyw a gweithio mewn gwahanol ardaloedd yn Jerwsalem a’r cylch.

Trwy lyfr Nehemeia mae'n amlwg nad dyn yn gweithio ar ei ben ei hun oedd Nehemeia. Roedd ganddo dîm y bobl oedd wedi ymrwymo i ddilyn a gwasanaethu Duw gyda'i gilydd. Wrth i ni fynd ati i estyn allan at ein cymunedau ni, mae'n bwysig i ni gofio bod Nehemeia a phobl Duw trwy'r Beibl a dros y canrifoedd wedi gweld y gwaith fel gwaith tîm – pawb â chyfrifoldebau a thalentau gwahanol ond yn gweithio at yr un nod.

Dangos clip fideo Sesiwn 4:3

Sesiwn 5
Arwain drwy wasanaethu
(Nehemeia 5)

Dangos clip fideo Sesiwn 5:1

Er mai gwaith tîm yw gwaith eglwys Iesu Grist, mae'r Beibl yn ei gwneud hi'n amlwg mewn sawl man fod Duw yn galw rhai pobl i arwain. Gwaith tîm sydd i'w weld yn llyfr Nehemeia ond roedd angen rhywun i dynnu'r tîm ynghyd ac yna eu harwain. Nehemeia oedd y person hwnnw. Mae bywyd ac arweiniad Nehemeia yn dangos i ni fod arweinyddiaeth Gristnogol yn wahanol i'r syniad sydd gan y byd ynglŷn ag arwain. Mae arweinyddiaeth Gristnogol wedi ei seilio ar y modd mae Iesu Grist yn arwain – daeth Crist *i* wasanaethu ac nid i *gael* ei wasanaethu. Dyma'r allwedd i ddeall sut mae arwain yng ngwaith eglwys Iesu Grist. Gadewch i ni edrych ar bennod 5 o lyfr Nehemeia a chymharu'r ffordd dduwiol roedd Nehemeia'n arwain i gymharu ag arweinwyr eraill ei gyfnod.

Ym mhennod 5 mae Nehemeia yn dod ar draws sefyllfa anodd. Mae un carfan o bobl yn gorthrymu carfan arall ac mae'r rhai sy'n cael cam yn dod â'u cwyn at Nehemeia. Y peth cyntaf i'w nodi yw bod Nehemeia'n fodlon gwrando ar ei bobl – rhywbeth y dylai pob arweinydd da a Duwiol ei wneud.

Beth yw'ch profiad chi yn yr eglwys neu yn eich lle gwaith? Oes profiad gyda chi o geisio gweithio gydag arweinwyr sy'n barod i wrando ar broblemau a syniadau pobl eraill? Pam y mae hon yn nodwedd bwysig ar gyfer arweinydd?

Ar ôl gwrando ar y bobl mae Nehemeia yn mynd yn ddig iawn gyda'r sefyllfa (Ad. 6-8). Nid colli tymer o reidrwydd, ond yn hytrach mae'n dangos fod ganddo gydymdeimlad â sefyllfa ei bobl. Dyma nodwedd bwysig arall y dylai arweinwyr eglwys Iesu Grist ei dangos. Yn yr un modd ag y daeth Iesu i'r byd fel dyn er mwyn uniaethu gyda ni – dylai arweinwyr Cristnogol wneud pob ymdrech i ddeall ac uniaethu gyda sefyllfa a phersbectif pawb yn nheulu'r eglwys.

Y broblem yn Jerwsalem yng nghyfnod Nehemeia oedd bod y meistri'n afresymol wrth fynnu llogau uchel gan bobl gyffredin y ddinas. Oherwydd hyn mae Nehemeia yn eu ceryddu nhw'n llym. Mi ddylai'r arweinydd Cristnogol godi llais yn erbyn anghyfiawnder a chwifio baner y rhai di-lais pob cyfle posib.

Oes sefyllfaoedd yn ein cymunedau ni lle dylai arweinwyr yr eglwys gymryd ochr y difreintiedig a'r di-lais a chondemnio arweinwyr y byd sy'n ddi-hid am gyflwr pobl gyffredin?

Mae ail hanner y bennod (Ad. 14-19) yn mynd mlaen i gyferbynnu Nehemeia â'r arweinwyr ddaeth o'i flaen. Roedd hi'n amlwg fod y llywodraethwr oedd yna cyn Nehemeia yn cymryd mantais o'i safle fel arweinydd ac yn byw bywyd cyfforddus a bras ar draul y bobl gyffredin. Yn wahanol i'w ragflaenydd, chymerodd Nehemeia ddim o 'ddogn bwyd y llywodraethwr' (Ad. 14) oherwydd ei fod e'n gweld fod pethau'n anodd ar y bobl gyffredin ac felly roedd e am uniaethu gyda nhw.

Wrth feddwl am sgandal treuliau'r Aelodau Seneddol rai blynyddoedd yn ôl, oes gwersi gan ein heglwys a'n cymdeithas heddiw i'w dysgu o fywyd Nehemeia?

Yr allwedd i ddeall arweinyddiaeth dduwiol a gostyngedig Nehemeia yw'r ffaith ei fod, yn ei eiriau ei hun, yn 'ofni' neu'n 'parchu Duw' (Ad. 15). Os ydyn ni'n teimlo bod Duw yn ein galw i arwain yn ei eglwys, rhaid i ni gofio ein bod ni'n arwain nid i gael dylanwad dros bobl ond yn hytrach er mwyn gwasanaethu pobl. Daeth Iesu i'r byd i deyrnasu trwy, yn gyntaf, fynd yn was drosom ni i gyd.

Dangos clip fideo Sesiwn 5:3

Sesiwn 6
Ffydd ac ymroddiad
(Nehemeia 8, 9 a 10)

Dangos clip fideo Sesiwn 6:1

Erbyn pennod 8 mae mur Jerwsalem wedi ei ailgodi gan Nehemeia a'i dîm. Popeth i weld mewn trefn felly. Traed i fyny? Teledu mlaen? Ddim o gwbwl. Ar ddechrau'r gyfres yma o astudiaethau ar lyfr Nehemeia fe wnaethon ni nodi bod angen dau fath o adferiad yn Jerwsalem. Yn gyntaf, adfer ac ailadeiladu y mur, yr adeiladau ac ati yn llythrennol. Ond yn ail, adferiad ysbrydol.

Mae angen y ddau fath yma o adferiad ar y cymunedau rydyn ni'n byw ynddyn nhw ac yn ceisio dod â gobaith iddyn nhw hefyd. Mae'n bwysig ein bod ni'n gwasanaethu ein cymunedau ac yn dangos cariad Crist atyn nhw ond, fel yn hanes Nehemeia, mae hefyd yn bwysig ein bod ni'n ysgwyddo ein cyfrifoldeb fel eglwys i alw pobl i weld eu hangen ysbrydol a chredu yn Iesu Grist fel eu harglwydd a'u gwaredwr.

Ar ddechrau pennod 8 mae Esra'n ymuno â'r stori am y tro cyntaf yn llyfr Nehemeia. Roedd Esra'n arweinydd pwysig a ddaeth i Jerwsalem 13 o flynyddoedd cyn Nehemeia. Roedd Esra a Nehemeia yn gyfoeswyr ac yn gydweithwyr ond mae'n debyg y byddai ganddyn nhw alwad wahanol. Nehemeia oedd yr arweinydd gwleidyddol – ef oedd y llywodraethwr. Esra oedd yr arweinydd ysbrydol – ef oedd yr offeiriad a'r ysgrifennydd (scribe).

Mae'r Beibl yn sôn bod rhai'n cael eu galw i wasanaethu mewn ffyrdd ymarferol yn yr eglwys, fel Nehemeia (e.e. trefnu gwasanaethau, clybiau, gofalu am ochr ariannol yr eglwys ayyb...) a rhai'n cael eu galw i wasanaethu mewn ffyrdd mwy ysbrydol, fel Esra (e.e. paratoi astudiaethau Beiblaidd, arwain oedfaon, rhoi cynghorion bugeiliol ayyb...).

Pa fath o rôl mae Duw yn eich galw chi iddi yn ei waith?

Ar ddechrau pennod 8 rydyn ni'n gweld Esra'n darllen Cyfraith Moses i'r bobl, sef pum llyfr cyntaf ein Beibl ni heddiw: Genesis, Exodus, Lefiticus, Numeri a Deuteronomium. Un o'r pethau mwyaf trawiadol yw bod y bobl yn gwrando gydag awch!

Mae darllen a deall y Beibl yn medru bod yn anodd ond mae astudio'r Beibl yn rhan hanfodol o fywyd yr eglwys. Mae llawer o ffyrdd y gallwn ni, fel pobl Dduw yng nghyfnod Nehemeia, ddysgu o'r Beibl. Gallwn ddod at ein gilydd i edrych ar y Beibl ar y Sul, neu mewn astudiaeth, mewn cyfarfodydd anffurfiol yn nhai ein gilydd neu mewn caffis hyd yn oed. Mae'n bwysig i ni annog ein gilydd ac eraill i astudio'r Beibl adre ar ein pen ein hunain

hefyd, neu gyda'r teulu neu ffrindiau. Ni fu hi erioed yn haws astudio'r Beibl gan fod sawl fersiwn o'r Beibl ar gael i'w darllen ar y we ac ar ein ffonau symudol.

Beth yw'ch profiad chi o astudio'r Beibl? Beth am rannu arferion da?

Efallai bod rhai ohonoch chi'n ei gweld hi'n anodd weithiau i ddeall rhannau o'r Beibl. Pan rydyn ni'n trio darllen a deall y Beibl mae'n hawdd iawn rhoi'r ffidil yn y to a mynd i wylio'r teledu neu bori Facebook yn lle hynny. Ond yn Adnod 8 rydyn ni'n gweld bod pobl Dduw yng nghyfnod Nehemeia wedi dysgu dyfalbarhau a'u bod nhw'n helpu ei gilydd i ddeall y Beibl: 'Roedden nhw'n darllen o sgrôl y Gyfraith bob yn adran, ac yna yn ei esbonio, fel bod y bobl yn deall beth oedd yn cael ei ddarllen.'

Mae'n ddiddorol mai ymateb cyntaf y bobl wrth glywed yr Ysgrythurau a dod o flaen Duw oedd tristáu ac wylo. 'Roedd y bobl wedi dechrau crïo wrth wrando ar y Gyfraith yn cael ei darllen iddyn nhw.' Roedden nhw'n tristáu ac wylo oherwydd eu bod nhw wedi gweld eu hangen o flaen Duw. Roedden nhw wedi gweld eu bod nhw wedi crwydro – wedi byw bywydau hunanol a balch a heb roi lle canolog i Dduw yn eu bywydau a'u calonnau.

Wrth edrych ar y Beibl a dysgu am fywyd perffaith Iesu, rydyn ni'n gweld ein bod ni'n syrthio'n fyr iawn o'r safon. Rydyn ni'n siomi teulu a ffrindiau ac yn siomi Duw. Mae Nehemeia 9 yn mynd ymlaen i sôn am bobl Jerwsalem yn gweld eu hangen ac yn edifarhau. Ystyr edifarhau yw bod rhywun yn gweld ei angen fel pechadur ac yn troi at yr ateb sef Iesu Grist sy'n cynnig gras a maddeuant.

Mae'r gair "pechod" yn air sy'n mynd yn fwyfwy anghyfarwydd i bobl dyddiau yma. Sut mae cyfleu i bobl heddiw fod pawb yn bechadur sydd angen maddeuant?

Er bod y bobl yng nghyfnod Nehemeia wedi crwydro'n bell, mae Esra'n brysio i'w hatgoffa bod Duw yn eu caru nhw beth bynnag a'i fod e'n maddau popeth maen nhw wedi'i wneud. Mae'n bwysig i ni gofio bod y gobaith yna gyda ni heddiw – dyma yw'r 'newyddion da' sydd gyda ni fel eglwys i'w rannu gyda'n cymunedau.

Mae'n bwysig i ni weld bod pawb wedi syrthio'n fyr o safonau Duw, fel pechaduriaid. Ond mae'n bwysicach sylweddoli wedyn bod Duw'n cynnig maddeuant i ni gan fod Iesu wedi delio â'n holl feiau ar y groes.

Ar ôl i Esra atgoffa'r bobl bod Duw yn eu caru nhw a'i fod e wedi gwneud cyfamod â nhw, mae'r parti'n dechrau. "Ewch i ddathlu a mwynhau pryd o fwyd a diod felys, a cofiwch rannu gyda'r rhai sydd heb ddim. Mae heddiw'n ddiwrnod wedi ei gysegru i'r Meistr. Peidiwch bod yn drist — bod yn llawen yn yr ARGLWYDD sy'n rhoi nerth i chi!" Ad. 8:10)

Gan fod efengyl Iesu Grist yn newyddion da, mae lle gan eglwys Iesu Grist i ddathlu trwy'r amser. Yn anffodus, mae delwedd gyhoeddus gan yr eglwys yng Nghymru heddiw o fod

yn negyddol, yn beirniadu popeth. Ond dylai Cristnogion gael enw am ddathlu a llawenhau yn barhaus.

Sut mae cyfleu delwedd bositif i bobl o Gristnogaeth? Trefnu parti neu ddathliad fel Esra er mwyn dathlu a rhannu'r newyddion da gyda'n cymunedau? Sut, yn ymarferol, mae gwneud hyn?

Ar ôl sylweddoli eu bod yn bechaduriaid ac yna edifarhau a derbyn maddeuant Duw, mae'r bobl yn Jerwsalem eisiau dechrau newydd (pennod 10). Dyma nhw'n mynd ati i lunio cyfamod, rhyw fath o ddatganiad eu bod nhw am gadw cyfraith Duw. Nid rhyw ddatganiad sy'n cael ei wneud allan o ddyletswydd yn unig sydd gyda ni yn yr hanes yma. Nid mabwysiadu crefydd o reolau sy'n digwydd yma. Beth sydd gyda ni yw pobl sydd â'u calonnau wedi newid. Pobl ag Ysbryd newydd ynddyn nhw. Mewn gair, pobl sydd wir yn dilyn ac yn addoli Duw.

Ydy realiti ein rhyddid yn yr efengyl yn ein cyffroi ni?

Mae sôn yn llyfr yr Actau fod pobl sydd wedi derbyn Duw i'w bywydau gymaint ar dân nes bod pobl yn meddwl eu bod nhw wedi meddwi! Oes yna dân yn llosgi tu mewn i ni? Datganiad yw hwn sydd wedi ei lunio gan bobl sydd ar dân. Trwy'r canrifoedd ers dyddiau Nehemeia mae pobl Dduw wedi llunio datganiadau fel hyn sy'n ganolbwynt i'w bywyd a'u cenhadaeth.

Efallai y byddai'n beth da i chi ddrafftio datganiad sy'n dweud beth yw gwerthodd eich eglwys ac amcanion eich cenhadaeth?

Gall hyn roi nod cliriach i'ch gwaith fel eglwys wrth geisio estyn allan i'ch cymuned.

Dangos clip fideo Sesiwn 6:3

Sesiwn 7
Dyfalbarhau a chanolbwyntio
(Nehemeia 13)

Dangos clip fideo Sesiwn 7:1

Ar ôl arwain y gwaith o ailadeiladu'r ddinas mae Nehemeia ac Esra’n arwain y bobl yn ôl i berthynas fyw gyda Duw. Yn y sesiwn olaf yma rydyn ni am droi at bennod olaf Llyfr Nehemeia, pennod 13. Mae'r digwyddiadau sydd yn y bennod yma yn digwydd gryn amser, rai blynyddoedd mae'n bosib, ar ôl y digwyddiadau sydd ym mhennod 12. Erbyn hyn mae Nehemeia wedi gorfod dychwelyd i weithio yn Shwshan lle roedd ar ddechrau'r stori pan glywodd yn gyntaf am y sefyllfa yn Jerwsalem.

Mae'n amlwg fod Nehemeia wedi teimlo rhyw alwad i ddychwelyd eto i Jerwsalem i weld sut roedd pethau’n dod ymlaen. Ar ôl cyrraedd Jerwsalem mae'n dod wyneb yn wyneb â datblygiad trist ac anffodus.

Efallai’ch bod chi'n cofio Tobeia o sesiwn 3? Roedd e'n un o'r bobl oedd yn gwrthwynebu gwaith Nehemeia oherwydd nad oedd yn dilyn Duw. Roedd Eliashif, un o'r Offeiriadon wedi priodi merch Tobeia ac roedd Tobeia wedi defnyddio hyn fel ffordd o gael ystafell yn y Deml i’w defnyddio at ei ddibenion ei hunan yn hytrach nag i storio pethau at briod waith y Deml, sef addoli y Duw byw. Darllenwch adnodau 4 i 9.

Oes perygl i ni adael i ddylanwadau negyddol lithro i mewn i fywyd ein heglwysi? Sut mae gwarchod yr eglwys rhag gwyro oddi wrth ei phennaf bwrpas sef addoli Iesu ac arwain eraill at Iesu?

Wrth gerdded o gwmpas y Deml a’r ddinas, mae Nehemeia yn dod ar draws sawl peth arall sydd wedi mynd o'i le. Yn gynt yn y llyfr, roedd Nehemeia yn dysgu'r bobl ei bod hi'n bwysig cefnogi a chyfrannu i waith y Deml ym mhob ffordd bosib gan gynnwys cefnogi gwaith y Deml yn ariannol. Yn anffodus, roedd y bobl wedi mynd yn ddiog ac anghofio am y cyfrifoldeb yma (Ad. 10-11).

Os ydyn ni o ddifri am fywyd a chenhadaeth yr eglwys mae'n bwysig i ni roi yn hael o'n harian a'n hadnoddau i'r gwaith. Sut gallwn ni fod yn stiwardiaid cywir o'n cyfoeth a chael calon hael wrth roi arian tuag at fywyd yr eglwys?

Yn adnodau 15 i 17 mae Nehemeia yn adrodd bod pobl Jerwsalem wedi syrthio yn ôl a dechrau masnachu eto ar y Saboth. Arwydd yw hyn o broblem ddyfnach sef eu bod nhw'n cyfri arian a'u gwaith yn bwysicach na Duw ei hun. Mae cadw'r 'Sabath Cymreig' wedi dod yn amhosib erbyn hyn gan ein bod ni'n byw mewn gwlad secwlar. Ond mae'n bwysig i Gristnogion wylio nad ydyn ni'n gadael i ofalon eraill bywyd gymryd y lle pwysicaf yn ein

bywyd. Iesu yn unig ddylai fod yn y canol.

Sut mae gwarchod ein hunain rhag gadael i'n gwaith neu ein diddordebau (sydd yn iawn yn eu lle) gymryd lle Iesu fel y peth pwysicaf yn ein bywydau?

Yn adnodau 23 i 27 mae Nehemeia yn gweld bod rhai o'r Iddewon wedi priodi merched o wledydd eraill ac mae hyn yn ei boeni. Mae'n eithriadol bwysig ein bod ni'n deall cyd-destun yr adnodau yma. Nid gwrthwynebu priodasau cymysg mae Nehemeia fel yr oedd pobl â thueddiadau hiliol yn gwrthwynebu priodasau cymysg. Yng nghyfnod Nehemeia roedd y cenhedloedd eraill yn dilyn duwiau eraill, felly pryder Nehemeia oedd y byddai rhai o'r Iddewon yn troi cefn ar ddilyn y gwir Dduw ac yn dewis dilyn duwiau y cenhedloedd eraill dan ddylanwad eu gwŷr a'u gwragedd.

Mae'r cyd-destun yn wahanol iawn i'r hyn rydyn ni'n ei wynebu heddiw. Efallai mai'r wers yn y fan yma yw i ni wylio pwy yw'r dylanwadau sydd arnon ni.

Ydyn ni'n amgylchynu ein hunain â phobol sy'n ein helpu i ddyfnhau ein perthynas â Iesu neu ydyn ni'n treulio amser gyda phobol sy'n tynnu ein sylw oddi ar Iesu?

Ar un wedd, mae'r hanes gwych yma o Lyfr Nehemeia yn gorffen yn drist iawn. Rydyn ni wedi gweld Duw yn arwain Nehemeia a'r bobl i ailgodi eu dinas. Rydyn ni wedi gweld Duw yn adfer bywyd ysbrydol y bobl a'r bobl yn ymateb gydag addoliad newydd. Ond ar y diwedd fan hyn, rydyn ni'n gweld bod y bobl wedi mynd yn ôl i'w hen ffyrdd, wedi anghofio am ffyddlondeb yr Arglwydd.

Mae'n debyg mai'r wers ar ddiwedd y gyfres yma o astudiaethau ar Nehemeia yw bod yna gyfrifoldeb arnon ni i lynu wrth yr Arglwydd a glynu wrth yr hyn sy'n dda. Ni fydd y llwybr o adfer eglwys Iesu Grist yng Nghymru yn llwybr hawdd. Ond mae gyda ni obaith gan fod Duw yn derbyn pawb sy'n galw arno a bod yr Ysbryd Glân yn gweithio o fewn ei eglwys.

Mae'r Apostol Paul yn siarad am redeg y ras. Er bod ein bywyd Ysbrydol ni'n dechrau a gorffen gyda Duw wrth y llyw, mae cyfrifoldeb arnon ni i redeg y ras ac mae yna dri adnodd pwysig i'n helpu:

1. **Gweddi.** Roedd Nehemeia yn weddïwr mawr. Mae gweddi yn gyfle i gyflwyno pethau i Dduw ac yn gyfle i wrando ar ewyllys Duw ar ein cyfer ni fel unigolion ac fel eglwys.
2. **Y Beibl.** Roedd Nehemeia yn mynnu bod y bobl yn troi yn ôl dro ar ôl tro i ddarllen cyfraith Duw. Mae gyda ni gyfoeth i'n tywys ar hyd y daith.
3. **Yr Eglwys.** Ni all neb fod yn Gristion ar ben ei hun. Yn hanes Nehemeia, nid hanes unigolion sydd yma ond stori pobl gyda'i gilydd mewn cymundeb â Duw ac mewn cymundeb â'i gilydd.

Sut y gallwn ni ddefnyddio'r tri arf neu adnodd yna i'n helpu i redeg y ras a pheidio â chloffi fel mae pobl Jerwsalem yn anffodus wedi gwneud ar ddiwedd yr hanes?

Mae hanes Nehemeia yn dysgu sawl peth pwysig i ni heddiw. Roedd gan fywyd Nehemeia bwrpas pendant ac roedd e'n gadael i Dduw ei arwain. Roedd Nehemeia yn gwneud yr hyn oedd yn iawn gerbron Duw, roedd yn ofni Duw nid dynion.

Ond, wrth gloi, mae'n bwysig cofio nad *Superman* oedd Nehemeia. Er nad oes unrhyw bechodau neu gamweddau mawr yn cael eu datgelu amdano yn yr hanes rhaid i ni gofio mai person cyffredin fel chi a fi oedd e. Dyn cyffredin yn gwneud yr anghyffredin trwy nerth Duw.

Gobeithio bod Duw wedi siarad gyda ni heddiw a dangos ei ewyllys i ni yn union fel y dangosodd ei ewyllys i Nehemeia a'i dîm 2,500 o flynyddoedd yn ôl. Gobeithio bod yr hanes yma wedi'ch ysbrydoli i ddilyn, addoli a gwasanaethu Iesu gyda'ch gilydd yn eich cymunedau chi.

Dangos clip fideo Sesiwn 7:3

Oedfa Gaffi

Dyma ddau syniad ar gyfer cynnal oedfa gaffi.

Llanafan
Fe gawson ni oedfa gaffi am 6 o'r gloch ar y nos Sul cyn y Nadolig yn neuadd bentref Llanafan ger Aberystwyth a daeth tua 35 o bobl. Roedd yn fenter ar y cyd rhwng yr eglwys a'r capel. Fe wnaethon ni ei hysbysebu trwy wahodd pobl yn bersonol, ei gyhoeddi yn y capel a chodi posteri.

Addurnwyd y neuadd a chodi chwe bwrdd. Croesawais i bawb yn Gymraeg a chroesawodd y ficer bawb yn Saesneg. Fe wnaethon ni ganu carolau a darllen darnau cyfarwydd o Stori'r Geni ac yna defnyddiodd y ficer bypedau i ddweud y stori wrth y plant. Gawson ni goffi, te, mins peis a gwin brwd hanner ffordd trwy'r noson ac yna cymerodd bawb ran mewn cwis amlddewis.

Roedden ni'n teimlo'i bod yn noson lwyddiannus, gyda rhagor o bobl yn bresennol na'r flwyddyn flaenorol. Rydyn ni am gynnal oedfa gaffi arall cyn hir.

Y Parchg. Nick Bee

Gorseinon
Rydyn ni'n cynnal oedfa gaffi o'r enw "A Question of Thought" yn yr eglwys ar ddydd Sul cynta'r mis (yn lle'r Cwrdd Teulu gan amlaf).

Rydyn ni'n defnyddio app "New City Catechism" gan Tim Keller ar ein ffonau/iPads.

Mae un person yn arwain gan ofyn y 3 cwestiwn o'r app. Ar gyfer pob cwestiwn, mae 'na ddarlleniad o'r Beibl, esboniad, fideo, gweddi a chân. Rydyn ni'n eu trafod fesul un. Mae'n anffurfiol iawn ond rydyn

ni’n dysgu llawer. Rydyn ni’n cael paned hefyd.

Pobl ifanc (dan 50) sy’n dod gan amlaf ac, weithiau, un neu ddau sy’n ymweld â’r ardal. Mae rhywun o’r Bore Coffi wedi bod yno hefyd. Ar Facebook rydyn ni’n hysbysebu fwyaf.

Byddai’n dda cynnal yr oedfa mewn caffi ond gan ei bod yn cymryd lle’r Cwrdd Teulu, dydi hynny ddim yn hawdd. Rydyn ni’n edrych ar y posibilrwydd ac yn ystyried ei chynnal ar ddiwrnod ac amser gwahanol. Mae’n fformat ardderchog, yn anffurfiol ond yn fuddiol iawn. Ar hyn o bryd, tua 5-8 o bobl sy’n dod fel rheol.

Samantha Hodgins

‘Fun, Food and Fellowship’
Eglwys Unedig Gloddaeth, Llandudno

Jane Appleton

Un o’n hamcanion yn Eglwys Unedig Gloddaeth yw cynnig amrywiaeth o weithgareddau a digwyddiadau lle gall pobl feithrin perthynas â’i gilydd a lle gellir rhannu’r efengyl trwy weithredoedd yn ogystal â geiriau er mwyn cyrraedd teuluoedd.

Bu’n bwysig sicrhau bod rhieni sy’n defnyddio’r Garage Gang (grŵp rhiant a phlentyn) a Godzone (Ysgol Sul) yn gwybod am y gwahanol bethau sy’n digwydd. Felly, dw i, fel cydlynydd y strategaeth i gyrraedd teuluoedd, ac un o’r blaenoriaid sydd â sgiliau cyfrifiadurol gwych, yn cynhyrchu taflen bob tymor yn disgrifio’n gweithgareddau ar gyfer plant a’u rhieni. Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am y Garage Gang, Messy Church, gwasanaethau teuluol, digwyddiadau cymdeithasol ac, weithiau, y cwrs Alpha. Caiff y rhain eu dosbarthi i’r holl rieni sy’n ymwneud â gweithgareddau’r Eglwys ac mae’r daflen yn cynnwys fy manylion cysylltu i.

Y pwyllgor Fun, Food and Fellowship sy’n trefnu’r gweithgareddau cymdeithasol a’r nod yw trefnu pethau sy’n tynnu’r holl wahanol grwpiau at ei gilydd. Yn y flwyddyn ddiwethaf, mae’r plant a’u rhieni wedi mwynhau:

- Nosweithiau bowlio yn y Superbowl yn Llandudno, a bwyd yn MacDonalds
- BBQ a gemau ym mis Gorffennaf
- Ymweliad â Sŵ Fynydd Cymru a phicnic ym mis Medi
- Canu carolau Nadolig y tu allan i ASDA.

Swper y Teulu

Gwyn Rhydderch (Cyfarwyddwr – Gwasanaeth Plant ac Ieuenctid)

A ydych chi wedi sylw bod Iesu yn yr Efengylau yn treulio llawer iawn o amser yn bwyta neu'n son am fwyd? Onid un o ragoriaethau Cwrs Alffa yw'r pryd bwyd? Mae Messy Church yn cynnwys amser o gydfwyta yn eu sesiynau.

Y mae cydfwyta yn gallu magu perthynas dda rhwng yr eglwys a rhieni'r plant a'r bobl ifanc sy'n mynychu'r amrywiol weithgareddau. Y mae Swper y Teulu yn syniad syml a hawdd ei baratoi.

Y Gwahoddedigion:

- Rhieni, gwarcheidwaid, teidiau a neiniau plant y Clwb Plant neu Ysgol Sul.
- Rhieni, gwarcheidwaid, teidiau a neiniau pobl ifanc y Clwb Ieuenctid.
- Aelodau a mynychwyr y Capel.

Y Swper:

- Y Capel i brynu'r deunydd salad, menyn, bara, sos coch, salad cream, coffi, te a llefrith.
- Gofyn i bob teulu / uned i ddod naill ai salad reis, salad pasta, salad tatws neu bwdin. Gwell yw gofyn i'r teuluoedd beth yr hoffent ei gyfrannu neu efallai y bydd gennych ddeg salad reis!
- Pob teulu i ddod â phlatiau, cwpanau, cyllyll a ffyrc ac ati eu hunain

Y Sgwrs:

Gwahodd rhywun i rannu sgwrs fachog o'r Beibl neu am eu cerddediad gyda'r Arglwydd.

Gemau:

- Rhannu pawb yn dimau gan sicrhau bod y teuluoedd wedi eu gwahanu oddi wrth ei gilydd.
- Chwarae gemau:
    - Taro taten oddi ar lwy.

    - Gorffen y limrig – gellir cadeirio'r buddugol!
    - Creu brawddeg yn defnyddio pob llythyren mewn gair.
    - Gemau ar PowerPoint.
    - Os am syniadau gemau cysylltwch â CAMU.
- Rhoi gwobr (paced o dda da / losin) a thlws i'r tîm buddugol. Gellir ail chwarae am y tlws y flwyddyn ddilynol.

Teithiau Cerdded

Mair Owen

Rydan ni, yma ym Mro Aled, yn aelodau mewn gofalaeth wledig sydd â 12 o eglwysi yn perthyn iddi. Un o'r digwyddiadau cymdeithasol sy'n cael ei fwynhau yw'r teithiau cerdded. Ar drydedd nos Fercher y mis yn ystod misoedd yr haf, byddwn yn trefnu taith fin nos rhywle yn yr ofalaeth ac mae'n gyfle gwych i ddod i adnabod ein gilydd ac i ddod i adnabod y Fro yn well. Er nad oes gan y rhan fwyaf ohonom y geriach cerdded go iawn (!), bydd pawb yn dod wedi eu gwisgo'n ddigon addas. Mae rhai fyddai'n gorffen y daith mewn dim o amser ond maen nhw'n gorfod bod yn amyneddgar hefo eraill ohonom sy'n mwynhau cael seibiant ar y daith i gael sgwrs ac i fwynhau'r olygfa. Teithiau hamddenol o tua dwy i dair milltir fyddan nhw fel arfer ac maen nhw'n addas ar gyfer pob oed. Bydd y daith yn cychwyn wrth un o gapeli'r ofalaeth ac yn gorffen yn y Festri yno, fel arfer, i gael paned a bisged! Mewn oes lle rydan ni ar frys yn ceisio cyrraedd pobman, mae'n braf cael amser yng nghwmni cyfeillion i fwynhau creadigaeth Duw.

Yna, wedi holl wledda'r Nadolig, bydd taith – tebyg o ran hyd – yn cael ei threfnu yn ystod y dydd. Mae'n braf cael cwmni mwy o'r plant yr adeg yma o'r flwyddyn pan mae'r digwyddiadau arall sydd ganddynt yn cael seibiant dros gyfnod y Nadolig. Y tro hwn bydd pawb yn dod â phicnic hefo nhw ac mae'n gyfle da i gael awyr iach ac i geisio cael gwared ar bwys neu ddau!

Unwaith y flwyddyn, bydd taith ychydig yn fwy heriol yn cael ei threfnu. Tua 14 milltir oedd hyd y daith pan aethom i ymweld â chyn-gapeli cyffiniau Llansannan - 'O Gapel i Gapel gynt'. Roedd yn ddiwrnod braf i gerdded, a phawb yn mwynhau harddwch amrywiol yr ardal, y gwmnïaeth ddifyr, a'r mwyar duon melys oedd yn dresi ar hyd y cloddiau.
Cafwyd saib wrth bob Capel i gael ychydig o'r hanes, gan dynnu ar wybodaeth y cerddwyr, a throi at ambell hanesyn neu ffaith mewn llyfr ac adroddiad blynyddol. Cafwyd cyfle hefyd i gael paned a brechdan yn ei bryd, a dal anadl ar yr elltydd serth! Synnwyd pawb bod cynifer o addoldai wedi eu codi mewn un ardal fach wledig a thenau ei phoblogaeth, a bod cystal llewyrch wedi bod arnyn nhw tan yn ddiweddar iawn. Codwyd hwy ar adeg pan oedd mwy o aelwydydd, a'r rheiny'n cynnal teuluoedd mwy niferus, a phan mai cerdded neu ferlen oedd

yr unig ffordd i deithio. Roedd codi addoldy o fewn pellter troed yn gwneud pob synnwyr bryd hynny. Codwyd hwy hefyd ar adeg pan oedd addoli yn sail cymdeithas, ac ymroddiad i'r achos yn gryfach nag sy'n arfer erbyn hyn. Er hynny, roedd hel atgofion am eu mynychu, a sylweddoli mor ddiweddar y caewyd hwy, yn destun rhyfeddod a gobaith am lanw ffydd a brwdfrydedd tebyg eto cyn bo hir.

Grŵpiau Mam a'i Phlentyn

Mae rhedeg grŵp Mam a'i Phlentyn yn gallu chware rhan fawr yn eich capel. Mae'n gyfle da i bobl dderbyn cyfeillgarwch a chefnogaeth a chael hwyl ac mae'r amser a dreulir gyda'i gilydd yn gallu bod yn help mawr i rieni a'u plant.

Mae grŵp Mam a'i Phlentyn yn gyfle i rieni gael mynd allan o'r tŷ, cwrdd â phobl eraill a chael diod poeth. Mae'n gallu helpu teuluoedd i wneud y cam cyntaf i fewn i'ch capel ac yn gyfle gwych iddyn nhw fod yn onest a gofyn cwestiynau am y ffydd. Mae rhan fawr o redeg grŵp Mam a'i Phlentyn yn ymwneud â pherthynas – eich perthynas chi fel unigolion â'r teuluoedd a pherthynas y capel â'r teuluoedd hynny.

Mae dechrau grŵp Mam a'i Phlentyn yn gallu bod yn gyffrous iawn, ac mae'r perthnasau sydd yn gallu dod allan o'r grŵp yn anhygoel! Pan wnes i ddechrau fy ngrŵp cyntaf, roeddwn i braidd yn bryderus.

Wnes i ddechrau trwy ffeindio allan beth oedd yn y gymuned yn barod a gweld a oedd angen grŵp Mam a'i Phlentyn, cyn prysuro ymlaen i gynllunio amdano.

Yna, fe wnes i fynd ati i hysbysebu am deganau ail law. Roedd yr ymateb yn wych gyda llawer yn barod i roi at yr achos. Ar ôl hel popeth at ei gilydd, roedd rhaid gweithio allan pa ddiwrnod ac amser oedd yn orau i gynnal y grŵp. Daethpwyd i'r canlyniad taw bore dydd Mercher, rhwng 10 a 12, oedd yn gweithio orau i ni.

Mae strwythur Mam a'i Phlentyn yn syml iawn. Mae pawb yn cyrraedd o 10 ymlaen. Mae'r plant yn mynd ati i chwarae a'r rhieni yn mwynhau sgwrsio gyda'i gilydd. Ceir paned am 11 cyn cael stori a chân i orffen am 12. Weithiau, rydym yn gwneud gweithgareddau crefft syml iawn gyda'r plant a maent yn medru mynd â'u gwaith adre gyda nhw.

Wrth i mi redeg grwpiau fel hyn, rwyf wedi dod i sylweddoli taw dod i gael seibiant a sgwrs mae'r rhieni yn gwneud. Nid ydynt yn disgwyl, nac eisiau, dim byd cymhleth. Dim byd mwy na manteisio ar y cyfle i gael paned a sgwrs tra bod rhywun arall yn darparu ar gyfer eu plant. Felly, mae sefydlu grŵp fel hyn yn beth y gall llawer o aelodau capeli arall ei wneud yn go hawdd gan ddarparu gwasanaeth cymdeithasol pwrpasol iawn a chyswllt da rhwng y capel a'r gymuned.

Cyrsiau Rhianta

Mae bod yn rhiant yn gallu rhoi llawer o foddhad ond mae'n gallu bod yn her hefyd – un o'r 'jobs' anoddaf erioed!! Mae Care For the Family yn elusen Gristnogol o Gaerdydd sydd wedi datblygu cyfres o gyrsiau i gefnogi rhieni a'u helpu i adeiladu perthynas gref a chadarn gyda'u plenynt/plant, o bob oed.

Mae'r sesiynau'n cynnwys sgyrsiau mewn grŵp a thasgau ymarferol i helpu rhieni i adeiladu ar eu cryfderau a meddwl am unrhyw newidiadau y maent am eu gwneud. Mae llawlyfr defnyddiol, hawdd i'w ddarllen yn dod gyda phob cwrs.

Cynhelir y cyrsiau mewn canolfannau cymunedol a, gan amlaf, maent yn cynnwys chwe sesiwn ddwy-awr wedi'u harwain gan hwyluswyr profiadol sydd wedi'u hyfforddi'n arbennig.

Mae hwyluswyr i'w cael ledled Cymru, o Landudno i Gaerdydd ac o'r Bala i Gasnewydd. Mae cwrs y Blynyddoedd Cynnar ar gael yn Gymraeg.

Dyma oedd gan un fam i'w ddweud ar ôl bod ar gwrs:
"Pan ddechreuais i ar y cwrs 'Time out for Parents', doedd fy merch naw oed a minnau ddim yn cytuno o gwbl. Roedden ni'n ffraeo'n barhaus ac roedd hi'n crïo bob dydd. Roeddwn i wedi cyrraedd pen fy nhennyn. Roeddwn i'n teimlo nad oeddwn i'n gallu ymdopi. Ar ôl ail wythnos y cwrs, oedd yn ymwneud â theimlo'n ddiogel yn emosiynol a sut i wneud i'n plant deimlo'n well amdanyn nhw'u hunain, es i adref a dechrau gwneud y pethau roedden ni wedi sôn amdanyn nhw. Fe wnaeth wahaniaeth enfawr. Yr wythnos wedyn, es i i'r sesiwn a dweud wrth bawb fod ein perthynas wedi gwella. Erbyn diwedd y cwrs, doedd fy merch ddim yn crïo ac roedden ni'n dod ymlaen yn well nag erioed. Mae'n cael ambell i bwl o hyd – a finnau hefyd – ond erbyn hyn dw i'n gwybod sut i'w thrin. Mae wedi rhoi cwtsh i mi am y tro cyntaf hefyd. Mae'n wych!"

Mae llawer o wybodaeth ddefnyddiol am y cyrsiau ar wefan Care for the Family, ac mae'n dweud sut i gysylltu â nhw os hoffech gynnal cwrs yn eich eglwys chi.

careforthefamily.org.uk

Llan Llanast (Messy Church)

Mae mwy a mwy o eglwysi'n defnyddio'r syniad o Llan Llanast i ddod i gysylltiad â theuluoedd ac i feithrin perthynas â nhw. Mae'r rhan fwya'n ei drefnu unwaith y mis. Cynhaliwyd y Messy Church cyntaf yn Portsmouth yn 2004 ac erbyn hyn mae'n rhan ganolog o waith y BRF – Bible Reading Fellowship. Mae wedi lledaenu ar draws enwadau a chyfandiroedd – i Dde Affrica, Awstralia, yr Almaen, Rwsia a Denmarc!!

Mae Llan Llanast yn fath o oedfa lle gall plant ac oedolion fwynhau nifer o weithgareddau a fydd yn eu helpu i ddod i nabod Iesu fel Arglwydd a Gwaredwr. Caiff ei anelu'n bennaf at bobl sydd ddim yn dod i wasanaethau eraill. Mae'n cynnwys chwarae, gweithgareddau creadigol, rhannu pryd o fwyd ac amser o 'ddathlu'.

Mae'r Parch Janice Jones yn rhedeg Messy Church ym Mhontprennau, Caerdydd.

"Rydyn ni'n cynnal Messy Church ar ddydd Sul olaf y mis. I ddechrau, rydyn ni'n cael pryd o fwyd – weithiau mae pawb yn dod â rhywbeth i'w rannu ac weithiau mae un o'r teuluoedd sy'n dod i oedfa'r bore yn ei baratoi. Mae gennym bobl o wahanol oedrannau. Dim ond i Messy Church mae rhai pobl yn dod ac, yn aml, mae pobl yn rhoi eu trwyn i mewn i weld beth sy'n digwydd. Mae rhai o'r teuluoedd yn dechrau dod i wasanaethau eraill wedyn ond rydyn ni'n gweld Messy Church fel ymrwymiad ynddo'i hunan.

Mae Sam Hodgins yn arwain tîm Messy Church yng Ngorseinon.

"Fe ddechreuon ni trwy wahodd unrhyw deuluoedd roedden ni'n dod ar eu traws ac yn enwedig y mamau sy'n dod i'r Clwb Colli Pwysau yn ein hadeilad bob wythnos. Mae gan un o'r teuluoedd gwrddais i â nhw yno dri o blant ac maen nhw'n dod bob tro. Maen nhw wrth eu bodd yn dod i Messy Church fel teulu. Rydyn ni newydd roi crys T 'helpwr' i'r tad am ei fod yn gymaint o help. Erbyn hyn, mae'r teulu'n dod i'r Clwb Sul hefyd ac fe

wnaethon nhw chwarae rhan fawr yn Nrama’r Geni. Rydyn ni’n cael syniadau o gylchgrawn Messy Church, sy’n cynnwys amlinelliad o bedair sesiwn. Mae yno daflenni cynllunio, taflenni i fynd â nhw adref a newyddion am yr adnoddau a’r digwyddiadau diweddaraf. Mae astudiaethau Beiblaidd i’r arweinwyr, colofn ieuenctid a thudalen broblemau – a hanesion calonogol am Messy Church ym mhedwar ban byd.”

Cewch ragor o wybodaeth ar wefan Messy Church: messychurch.org.uk

Clybiau Gwyliau i Blant

Mae sawl rheswm da pam y dylai capeli gynnal clwb gwyliau i blant ryw dro yn ystod y flwyddyn. Mae clwb sy'n para am rai dyddiau yn rhoi cyfle i bobl:

- Feithrin cyfeillgarwch da â'r plant mewn ffordd anffurfiol, dros gemau, crefftau, gweithgareddau a storïau o'r Beibl
- Dysgu am y Beibl mewn ffordd ddyfnach a'i wneud yn berthnasol i fywydau'r plant wrth i chi weithio ar thema neu lyfr o'r Beibl dros sawl diwrnod
- Gwahodd plant sydd ddim yn gyfarwydd â gweithgareddau'r Ysgol Sul
- Dod i nabod teuluoedd y plant hefyd
- Gwneud rhywbeth ychydig yn wahanol
- Cynnwys oedolion sydd ddim yn ymwneud â'r Ysgol Sul fel arfer ac felly ddatblygu tîm o bobl sydd ar gael i weithio gyda phlant, a meithrin cysylltiadau cryfach rhwng
- y gynulleidfa a'r plant.

Yn aml, cymerir yn ganiataol mai yn ystod gwyliau'r haf y cynhelir clwb gwyliau. Gall hyn weithio'n dda achos mae'r tywydd yn well *fel arfer* fel y gallwch chwarae gemau y tu allan ond mae'n gallu gweithio cystal os nad yn well yn ystod hanner tymor neu dros y Pasg pan nad oes cymaint o bethau eraill gan y plant i'w gwneud. Neu beth am gynnal gweithareddau am ddiwrnod/hanner diwrnod trwy'r gwyliau haf i gyd neu ddim ond yn ystod mis Awst.

Mae gwahanol fudiadau'n paratoi defnyddiau ar gyfer clybiau gwyliau, yn cynnwys Scripture Union a BRF. Mae'r llyfrau hyn yn cynnwys popeth y mae arnoch ei angen: amlinelliad o'r rhaglen, deunyddiau dysgu o'r Beibl, syniadau am grefftau, gemau a gweithgareddau eraill a fydd yn hwyliog i'r plant. Does dim rhaid i chi gynnwys popeth: dewiswch y gweithgareddau fydd yn gweithio orau i chi a'r plant i'w helpu i ddeall a chofio un gwirionedd o'r Beibl bob dydd. Byddant yn gweithio cystal mewn clwb un diwrnod yr wythnos trwy'r haf ag mewn clwb bob dydd am wythnos gyfan.

Dywedodd Helen Franklin, gweithiwr datblygu eglwys a chymuned gyda Scripture Union Cymru, 'Dw i wedi rhedeg clybiau gwyliau gydag eglwysi ers dros 25 mlynedd. Maen nhw'n ffordd effeithiol o adeiladu cyfeillgarwch da gyda'r plant sy'n dod ac mae hynny'n eich helpu i siarad am Iesu ac am ran Duw ym mywydau'r plant. Ond gall clwb fod yn ffordd dda hefyd o ddenu pobl newydd i weithio gyda phlant a meithrin hyder y tîm wrth

iddynt weld eu sgiliau nhw'u hunain yn datblygu a gweld Duw ar waith ym mywydau'r plant.'

Mae Helen ar gael i helpu eglwysi i gynllunio a rhedeg clybiau gwyliau a gellir cysylltu â hi ar 07505 867320 / 01758 612300 / helenf@scriptureunion.org.uk

Clwb Ieuenctid Dyffryn Tywi

Meleri Cray (Swyddog CAMU de-orllewin Cymru)

Mae sefydlu gweithgareddau i ddenu ein ieuenctid yn medru bod yn achos pen tost i nifer ohonom. Anodd yw dal gafael ar nifer o'r plant wrth iddynt symud i fyny o'r ysgol gynradd i'r uwchradd gyda llawer ohonynt yn dewis peidio mynychu Ysgol Sul mwyach.

Mewn ymgais i ddarparu gwasanaeth ieuenctid Cristnogol fyddai'n apelio i ieuenctid heddiw, gan gynnwys y rhai heb gefndir capel, fe wnaethom sefydlu Clwb Ieuenctid Dyffryn Tywi. Clwb i blant oed 11 i 14 ydyw ac fe'i cynhelir ar nos Sul rhwng 6.30 ac 8.00 o'r gloch bob rhyw bythefnos adeg tymor yr ysgol. Fe'i cychwynwyd nôl ym mis Hydref 2014 ac erbyn hyn mae rhyw 20 o enwau ar y gofrestr gyda thua 15 yn mynychu bob sesiwn.

Y syniad gwreiddiol oedd cynnal clwb ffilm unwaith y mis gyda'r bwriad o ddangos ffilm gyfoes a chynnwys rhyw ddeg munud o drafodaeth am agweddau Cristnogol/moesol fyddai'n deillio o'r ffilm. Yn ogystal â'r ffilm, roeddem am gynnig bwyd fel pizza a pop yn ystod y noson!

A dyna ddigwyddodd fel man cychwyn. Bendithiwyd y clwb gan ddau arweinydd Cristnogol ifanc a sefydlwyd panel gweithredu i lywio a chefnogi'r clwb. Gyda mab oedd newydd gychwyn yn yr ysgol uwchradd, roedd gennyf gysylltiadau cryf yn barod gan nifer o'r rhieni lleol ac roedd hyn yn gymorth mawr i hysbysebu a hybu'r clwb.

Trefnwyd i'r clwb gyfarfod yn yr ysgol gynradd leol sydd ag adnoddau arbennig i gynnal noson ffilm effeithiol. Daeth y noson agoriadol a daeth rhyw ddeg o blant. Cafwyd amser da a daeth mwy i'r sesiwn ganlynol. Anogwyd y plant i ddod â ffrind gan gynnig gwobr o siocledi ac fe wnaethon ymdrech fawr i ddod â ffrind hefyd (gwnewch yn siwr eich bod yn prynu digon o wobrau os yn gwneud hyn!!).

Erbyn hyn, mae'r clwb wedi mynd o nerth i nerth gyda'r elfen Gristnogol wedi tyfu a'r plant yn derbyn hynny ac yn dal i fwynhau dod. Dim ond dwy noson ffilm a fu! Newidiwyd y drefn wedyn i ateb gofynion y plant. Rydym wedi cael noson gwis, noson gemau, noson gymdeithasol gyda chlwb ieuenctid arall yn bowlio deg ayb. Yr uchafbwynt hyd yn hyn oedd gweld deg ohonynt yn teithio i'r Bala am benwythnos ieuenctid yn y Coleg lle cawson nhw'r cyfle i gyfarfod â nifer helaeth o ieuenctid arall a dysgu mwy am Dduw ac am Iesu. Daethant adre gan awchu am fynd nôl ar Gwrs yr Haf yno!

Y gobaith yw parhau i ddatblygu ac ehangu'r clwb. Rydym yn bwriadu gwahodd plant sydd yn eu blwyddyn olaf yn yr ysgol gynradd i un sesiwn y tymor nesaf. Gobeithio y bydd hyn yn plannu hedyn fydd yn egino, gyda'r plant hynny'n parhau i fynychu'r clwb ar ôl symud i'r ysgol uwchradd. Bydd hefyd angen dal yn dynn yn yr aelodau presenol nes iddynt gyrraedd 14 mlwydd oed – rhaid meddwl mewn da bryd am y ddarpariaeth fydd ar gael iddynt hwythau! Gobeithio bydd yna stori i rannu yn y dyfodol am hwnnw hefyd!

Clwb Gwyliau i Bobl Hŷn

Rachel Kjellstadli (Gweithiwr Cymuned yn Eglwys Elfed Avenue, Penarth)

Mae'n bleser gen i ddweud ein bod wedi rhedeg ein seithfed clwb gwyliau i bobl hŷn yn eglwys unedig Elfed Avenue, Penarth ym mis Chwefror. Mae'r cynllun wedi bod yn llwyddiannus iawn ac mae wedi tyfu'n rhan o fywyd yr eglwys.

Mae'r rhan fwyaf o gynulleidfa Elfed Avenue yn bobl hŷn ac mae llawer o bobl oedrannus yn byw ym Mhenarth, llawer ohonynt yn unig ar ôl colli priod neu anwyliaid. Ar ôl i ni weld bod angen clwb o'r fath, fe drefnwyd ein clwb gwyliau 4 diwrnod cyntaf i bobl hŷn ym mis Awst 2013. Gan fod y bobl hŷn a'r gwirfoddolwyr wedi mwynhau eu hunain gymaint ac wedi cael budd mawr o'r profiad, fe sylweddolon ni na fyddai dim ond un y flwyddyn yn ddigon i leihau unigrwydd yn y gymuned oedrannus. Felly, aethon ni ymlaen i drefnu 4 y flwyddyn. Rydyn ni'n cael clwb gwyliau deuddydd ym mis Chwefror, 2 ddiwrnod ym mis Mai (gwanwyn), 4 diwrnod ym mis Awst (haf) a 2 ddiwrnod ym mis Tachwedd (hydref).

Yn ystod y clwb gwyliau, rydyn ni'n trefnu nifer o weithgareddau, fel celf a chrefft, canu, ffilmiau, rydyn ni'n cael trafodaethau a siaradwyr gwadd, gêmau a chwisiau, a thripiau am brynhawn neu ddiwrnod cyfan (yn ystod y clwb haf mae hyn yn digwydd gan amlaf). Rwy'n ceisio trefnu rhywbeth sy'n addas i bawb achos rydyn ni'n tueddu i gael dau grŵp oedran, rhai yn eu 70au sy'n gallu symud yn eithaf da a rhai sydd yn eu 80au a'u 90au. Does dim angen i'r gweithgareddau fod yn gymhleth – dydi golwg y rhan fwyaf ohonynt ddim yn dda, ond maen nhw'n ddiolchgar am gael bod gyda'i gilydd, yn cymdeithasu ac yn gwneud pethau na

fydden nhw'n cael cyfle i'w gwneud fel arall. Maen nhw'n ei fwynhau gan fod rhywun arall wedi'i drefnu drostyn nhw ac maen nhw'n ddiolchgar iawn.

Fi sy'n trefnu'r clwb gwyliau ac yn gwneud yr holl waith cynllunio a pharatoi gyda fy ngwirfoddolwyr gwych. Yn ystod y clwb ei hun, rwy'n ymwneud â'r bobl hŷn, gan feithrin perthynas gyda'r rhai sy'n dod yn rheolaidd a rhai newydd. Fi sy'n arwain y rhan fwyaf o'r sesiynau a fi yw'r ddolen gyswllt rhwng gwahanol rannau'r diwrnod.

Mae gen i 4 gwirfoddolwr y dydd i wneud y gwaith arlwyo. Rwy'n cyfarfod â'r gwirfoddolwyr ymlaen llaw ac yn penderfynu ar y bwydlenni. Yna, rydyn ni'n gwneud rhestr siopa ac yn trefnu pwy sy'n casglu'r gwahanol eitemau. Rwy'n sicrhau bod y gwirfoddolwyr yn rhoi'r derbynebau i ni er mwyn gwybod faint rydyn ni wedi'i wario ac er mwyn i'r gwirfoddolwyr gael eu harian yn ôl. Yn ystod y clwb gwyliau, mae'r gwirfoddolwyr hyn yn gofalu am baned ganol bore, cinio a the ac yn gwneud y gwaith golchi llestri.

Mae'r rhan fwyaf o'r bobl hŷn yn trefnu i fynd a dod eu hunain. Ond rydyn ni'n cynnig trefnu tacsi neu lifft i bobl sy'n methu gwneud hynny.

Cynhelir y clybiau gwyliau rhwng 10.30am a 3.00pm. Rwy'n rhannu'r dyddiau'n ddwy ran. Yn y bore, mae 'na baned a gweithgaredd. Yna, rydyn ni'n cael rhyw awr i ginio (i sicrhau eu bod yn cael amser i sgwrsio â'i gilydd a mynd i'r tŷ bach). Wedyn, yn y prynhawn, mae gweithgaredd a the.

Rwy wrth fy modd gyda'r clybiau gwyliau. Mae wedi bod yn wych gweld y niferoedd yn tyfu o tua 15 o bobl i tua 40. Mae'n lle diogel i bobl hŷn gael cwmni, a chyfarfod â ffrindiau hen a newydd yn eu cymuned. Roedd rhai yn swil ac yn dawel iawn ar y dechrau ond erbyn hyn maen nhw wrth eu bodd yn cymryd rhan ym mhopeth ac yn gwahodd pobl eraill i ddod gyda nhw. Mae ymateb y bobl hŷn yn galonogol iawn. Mae'r gwirfoddolwyr a minnau yn mwynhau dod at ein gilydd i gynnig y profiad hwn i'r bobl oedrannus.

Agor y Llyfr

Meleri Cray (Swyddog CAMU de-orllewin Cymru)

Cynllun gan Gymdeithas y Beibl yw Agor y Llyfr. Mae'r cynllun wedi bodoli ers dros 10 mlynedd ac erbyn hyn mae'r adnoddau ar gael yn yr iaith Gymraeg. Mae'n gyfle gwych i aelodau ein capeli a'n heglwysi rannu prif hanesion y Beibl gyda phlant ysgolion cynradd ein cymunedau. Cyflwyno'r storïau drwy ffyrdd gweledol a hwyliog yw nod y cynllun gan gynnwys y plant mewn amrywiol ffyrdd. Mae'r cyfan wedi ei drefnu yn barod ar gyfer tair blynedd o wasanaethau wythnosol (neu gellir eu cyflwyno bob pythefnos neu'n fisol) felly does dim angen poeni am sgriptio na chrafu am syniadau – maent i gyd yno yn barod!

Ym mis Hydref 2014, fe wnaethon ni gychwyn cynllun o'r fath yn Ysgol Gynradd Nantgaredig. Rydym yn cyflwyno stori yn wythnosol adeg gwasanaeth yr ysgol gyfan ar fore Gwener. Mae gennym naw aelod yn y tîm ond nid yw pawb yn bresennol bob wythnos – dyna'r fantais o gael digon o aelodau!

Y peth cyntaf i wneud oedd ffeindio gwirfoddolwyr i ffurfio'r tîm. Mae angen gwerthu'r cynllun yn dda er mwyn dangos nad yw'n ymrwymiad trwm a'i fod o fewn gallu'r mwyafrif ohonom i fod yn rhan ohono. Nid oes angen actorion o fri na phropiau crand. Rhyw awr yr wythnos sydd angen ac mae hyn yn cynnwys y paratoi a'r gwasanaeth!

Y cam nesaf oedd sicrhau parodrwydd yr ysgol leol i fod yn rhan o'r cynllun. Trefnais gyfarfod gyda'r pennaeth lle wnes i ddangos yr adnoddau ac egluro'r manteision iddynt hwy fel ysgol. Mae DVD ar gael hefyd sydd yn ddefnyddiol iawn i ddangos y cynllun ar waith. Wedi sicrhau ymrwymiad yr ysgol, rhaid wedyn oedd trefnu hyfforddiant i'r gwirfoddolwyr – rhyw ddwy awr o'u hamser. Gan fy mod i wedi derbyn yr hyfforddiant priodol, roeddwn i'n medru gwneud hyn (ac rwyf ar gael os bydd angen hyfforddi eraill!).

Ar ôl pennu dyddiad pendant i gychwyn yn yr ysgol, rhaid oedd mynd ati i drefnu cyflwyno y stori cyntaf un – Yn y Dechread – sef hanes y creu. Rwyf wedi fy mendithio gydag aelodau dyfeisgar iawn a roedd gan dwy ohonynt lu o wisgoedd a phropiau – er, gellid

cyflwyno'r hanesion gyda rhestr fer o bethau anghenrheidiol. Gallwch fod mor greadigol ag rydych chi eisiau!

Daeth y diwrnod mawr ac i mewn â ni i'r ysgol. Rhyw 10 munud, a dyna'r cyflwyniad wedi ei wneud! Dydyn ni ddim wedi troi nôl ers hynny! Mae'r plant wrth eu boddau ac yn awchu am fod yn rhan o'r cyflwyniadau. Mae'r staff yn siarad yn uchel amdano a mae aelodau'r tîm yn cael boddhad enfawr o fod yn rhan o waith cenhadol sydd yn cyrraedd plant o bob cefndir.

Y nod nawr yw lledaenu'r cynllun i ysgolion eraill. Felly dewch at eich gilydd a ffurfio tîm eich hunain – mae pedwar yn ddigon i'w gynnal, felly rhowch dro arni!

Gwasanaeth Nadolig yn yr Awyr Agored!

Lis James

Beth mae rhywun yn ei wneud pan mae'r niferoedd sy'n mynychu oedfaon yn mynd yn llai ac yn llai – hyd yn oed i'r gwasanaethau Nadolig a'r Pasg? Yn bendant, y peth cyntaf yw gweddïo! Mae pethau yn digwydd pan mae dau neu dri yn dod at ei gilydd i godi cri at y Duw sy'n gallu gwneud yr amhosib! Dyna sut ddechreuodd y syniad o fynd â'r Nadolig allan at y bobl ym mhentref Llithfaen!

Y weledigaeth oedd cael nifer o lefydd yn y Pentref i ddangos rhan neilltuol o hanes y Geni - tŷ Mair, gweithdy Joseff, maes y bugeiliaid, y gwesty, y stabal. Yna, cael pawb i gerdded o un lle i'r llall gan wrando ar yr hanes yn defnyddio fersiwn modern ohono allan o beibl.net. Roeddem i gyd yn gytûn y dylai'r Ysgrythur gael ei ddarllen i bortreadu'r stori. Mae nerth yng Ngair Duw!

Daeth criw bach o'r capel at ei gilydd i drefnu sut i fynd o'i chwmpas hi. Cafwyd help gan Gwyn Rhydderch, Rachel Settatree a Helen Franklyn yn y cynllunio ac fe wnaethom fanteisio ar eu harweiniad profiadol.

Datblygodd y syniad yn gliriach drwy gael "angel" i ddweud y stori wrth fynd o le i le. Yn lle cael angel benywaidd, cytunodd Gwyn i fod yn angel mawr cryf. Daeth o hyd i foiler siwt wen ar y we a phob tro roedd yn darllen yr adnodau perthnasol, tasgwyd golau llachar ar ei wyneb gyda lamp hela llwynogod, a'i lais yn glir a chryf drwy uwch seinydd a oedd yn gweithio gyda batri.

Paratowyd rhan o ystafell yr hen ysgol fel tŷ Mair a chafwyd brofi'r bara ffres â baratowyd ynghyd â'r olewydd. Arhosfan bws oedd gweithdy Joseff lle gosodwyd geriach llifio a thrin coed i greu effaith. Yna arweiniwyd ni i'r cae i weld y bugeiliaid drwy arweiniad y swyddogion diogelwch (cymerwyd camau gofalus am hyn e.e. asesiad risg, sgwrs â'r heddlu lleol, cynghorydd lleol a.y.b). Doedd

dim defaid yn y cae, ond roedd y bugeiliaid yn cynhesu wrth danllwyth o dân!

O'r cae, dilynwyd y bugeiliaid at ddrws y llety, sef y 'Fic', ac oddi yno cawsom ein harwain i'r cefn, ble roedd Mair a Joseff a'r baban Iesu. Wedi gwrando ar yr hanes eto a chanu arol, daeth y Doethion ar eu beiciau gyda golau ar eu talcen, yn cludo eu hanrhegion!

Wedi hyn gwahoddwyd bawb i gael coffi a mins pei yn y capel pan gafodd y plant a'r ieuenctid wneud crefft am y stori a gwisgo i fyny fel y cymeriadau.

Mae'n debyg i tua 70 o bobl gymryd rhan rywsut neu'i gilydd a phawb wedi mwynhau'r profiad gan ofyn "gawn ni wneud hyn eto flwyddyn nesa"?

Mae yna rai syniadau wedi dod i law yn barod gan bobl na fuasai yn tywyllu'r Capel!

Diolch i Dduw am ei arweiniad a'i allu i wneud rhywbeth gwerthfawr mewn pentref sydd erbyn hyn i bob pwrpas yn anghristnogol.

Seren y Stabl

Helen Franklin (Scripture Union Cymru)

Mae'n debyg mai'r Nadolig yw'r cyfle gorau i eglwysi gyfarfod â phlant, pobl ifanc a theuluoedd nad ydyn nhw'n arfer dod i'r eglwys. Felly mae angen gwneud y gorau o'r cyfle! Rhaid bod yn greadigol a meddwl am ffyrdd newydd o helpu pobl i gwrdd â'r baban ym Methlehem, ffyrdd a allai eu cychwyn ar daith gyda Iesu sy'n parhau ar hyd ei fywyd, trwy ei farwolaeth a'i atgyfodiad, fel eu bod yn dod i'w nabod fel Arglwydd a Gwaredwr.

Dyna yw nod Seren y Stabl: mae'n cynnig cyfle cofiadwy i bobl o bob oed ddod i mewn i stori geni Iesu, gan roi llun iddynt i gofio'r profiad. Cynhelir Seren y Stabl ar y stryd, mewn marchnadoedd Nadolig a phan fydd goleuadau'r Nadolig yn cael eu cynnau mewn gwahanol drefi. Gwahoddir pobl i wisgo fel cymeriad o stori geni'r Iesu ac yna mae rhywun yn tynnu llun ohonynt ar eu ffôn symudol nhw'u hunain (does dim angen caniatâd gan mai dim ond nhw sy'n cael y llun). Mae'n apelio at bobl o bob oed: mae hen neiniau wedi gwisgo fel Mair ac mae babanod wedi'u rhoi yn y preseb yn lle'r ddol i fod yn Iesu! Unwaith, tynnwyd llun pedair cenhedlaeth o'r un teulu gyda'i gilydd.

Mae Scripture Union Cymru wedi helpu eglwysi i gynnal Seren y Stabl ledled Cymru dros y ddwy flynedd ddiwethaf ac mae mwy a mwy o bobl yn dangos diddordeb. Yn Ninas Powys, cynhaliodd Cristnogion lleol Seren y Stabl fel rhan o ŵyl Dickens y pentref. Dim ond rhyw ddwywaith, am dair munud yr un, y bu'r stabl heb ymwelwyr am gyfnod o ddwy awr. Yn y Drenewydd, cynhaliwyd Seren y Stabl ochr yn ochr a groto Siôn Corn bob dydd Sadwrn yn

Rhagfyr. Yn Abersoch, bu'r tîm yn paratoi 'Cinio Nadolig mewn bynsen' hefyd ac, yn yr Wyddgrug, bu Cristnogion lleol yn canu carolau wrth i deuluoedd wisgo fel y cymeriadau yn y 'stabl' gerllaw. Llwyddodd un teulu i weithio'i ffordd trwy bob gwisg, o fugai i frenin, o'r angel i Joseff!

Hyd yn oed ar y lefel fwyaf sylfaenol, pan fydd pobl yn pasio ac yn dweud 'Edrych: y baban Iesu!' mae gan Seren y Stabl ran i'w chwarae yn dod â'r Nadolig go iawn i'n strydoedd ac i fywydau pobl. Ac, i'r rhai sy'n cymryd rhan, gall wneud cymaint mwy. Ar ôl cael gwisgo fel angel, roedd gan Alys, 4 oed, lawer o gwestiynau i'w mam am Dduw a Iesu. Erbyn hyn maen nhw'n darllen y Beibl gyda'i gilydd fel teulu bob dydd, a'i brawd bach a'i thad yn cymryd rhan hefyd.

Os hoffech wybod rhagor, cysylltwch â Helen Franklin, gweithiwr eglwys a chymuned gyda Scripture Union Cymru helenf@scriptureunion.org.uk

Dramâu'r Geni gan Ysgol Sul Mount Pleasant

Y Parchg. John Colney (Galluogwr Cenhadol Henaduriaeth South East Wales)

Bu'r Ysgol Sul yn cyflwyno Drama'r Geni ers blynyddoedd lawer. Ddechreuais i fynd i'r Ysgol Sul 41 mlynedd yn ôl pan roddwyd enw fy mab cyntaf ar gofrestr plant yr eglwys a'i fedyddio. Dros y blynyddoedd, wrth iddo dyfu, ac i'w frawd iau ymuno ag ef, buont yn cymryd rhan yn Nramâu'r Geni ac mewn cynyrchiadau eraill gan yr Ysgol Sul fel Joseph's Coloured Coat, Greater than Gold a The Birthday Present.

Gwaetha'r modd, mewn amser, roedd llai a llai o blant yn dod ond roedden ni'n benderfynol o gadw'r Ysgol Sul ar agor, hyd yn oed os mai dim ond un plentyn oedd yn dod.

Adeg Drama'r Geni, gan nad oedd gennym lawer o blant, fe ddechreuon ni ofyn i'r rhieni a fydden nhw'n fodlon rhoi darlleniad yn y gwasanaeth neu helpu gyda'r set. Pan aeth nifer y plant yn llai wedyn, roedden ni'n gofyn i'r rhieni gymryd rhan yn y ddrama ac roedd un o'r tadau'n barod iawn i gymryd rhan Herod neu Frenin.

Hyd yn oed gyda llai fyth o blant, roedden ni'n dal yn gobeithio cynnal y dramâu, felly cawsom y syniad o ofyn i'r gynulleidfa i helpu i ganu'r carolau gan nad oedd lleisiau'r plant yn ddigon cryf. Gofynnwyd i John, y gweinidog, gymryd rhan hefyd. Cytunodd yn llawen a chymryd rhan Joseff, gyda rhieni eraill yn fugeiliaid neu'n geidwad y llety.

Yna, ddwy flynedd yn ôl, penderfynwyd gofyn i dri o ddynion yr eglwys (dau ohonynt yn flaenoriaid) a fydden nhw'n fodlon bod yn Ddoethion, ac i beidio â dweud wrth neb. Cytunon nhw ac fe gawsom Ddrama'r Geni wych. Roedd pawb wedi mwynhau gymaint fel y cawson ni bedwar dyn i gymryd rhannau'r bugeiliaid, dyn i fod yn Angel Gabriel a'r Gweinidog i chwarae rhan Joseff eto y llynedd. Mae wedi chwarae rhan yr Angel Gabriel a Goliath yn nathliadau pen blwydd yr Ysgol Sul hefyd. Gwych!

Mae'n hen bryd i ni ddechrau gwahodd y menywod i gymryd rhan hefyd!

Te a Thost Gofalaeth Pwllheli

Y Parchg. W. Bryn Williams

Beth ydy Te a Thost? Wel, yma yng Ngofalaeth Pwllheli a'r Cylch, byddwn yn cyfarfod ar y bore Iau olaf yn y mis yn Festri Capel Efailnewydd i gymdeithasu fel criw hwyliog. Yn naturiol oddi wrth enw'r digwyddiad byddwn yn yfed sawl paned o de ac yn bwyta tost, gormod weithiau!

Mae'n gyfle i bobl o bob oed i ddod i fwynhau cwmni'n gilydd. Mae'r ystod oedran yn eithriadol o eang - o ychydig fisoedd oed i gyfeillion yn eu nawdegau, ond pawb yn ifanc efo'i gilydd yn y Te a'r Tost. Yn fwridaol, nid oes unrhyw raglen ar gyfer yr awr a hanner, dim ond sgwrsio a mwynhau mewn awyrgylch ddifyr iawn.

Pam Efailnewydd ac nid man canolog fel Pwllheli, meddwch chi? Wel mae'r ateb yn syml, am nad oes Caffi yn Efailnewydd. Mae cyfeillion gwahanol yn gofalu am y te, tost, llefrith, siwgr, jam a danteithion eraill bob mis, gyda'r cyfan yn digwydd o dan arweiniad diogel Anti Enid. Mae'r bore yn gyfle i minnau fel gweinidog gyfarfod aelodau a chyfeillion oddi allan i'n Capeli mewn awyrgylch hollol gartrefol. Cyfle da iawn hefyd.

Dyma mae rhai o aelodau'r Criw Te a Thost yn ei ddweud am y digwyddiad:

"Dwi wrth fy modd yn dod draw i Efailnewydd i'r Te a Thost. Mae'n dod a mi allan o'r tŷ a dwi'n cael sgwrsio efo'm ffrindiau ac nid efo pedair wal."

"Lle da di'r Te a Thost lle mae'r dynion hefyd yn gorfod cymryd eu cyfrifoldeb i ddod a'r stwff ac wedyn golchi llestri ar ein holau i gyd."

"Byddaf yn colli'r cwmni yn ystod mis Gorffennaf ac Awst."

"Dwi'n hoffi'r tost ond mae'r cwmpeini'n bwysicach fyth"

Codi Arian, Bwydo a Gwasanaethu

Gofalaeth Pwllheli

Nia Williams (Swyddog Addysg ac Adnoddau)

'Rydan ni eisiau gwneud swper i godi arian!' Dyna oedd un o syniadau'r criw yn y Clwb Ieuenctid. Ac felly, dyma fynd ati i ddechrau cynllunio a pharatoi. Beth fuasai ar y fwydlen? Pwy fyddai'n coginio? Pwy fyddai'n gweini ar y byrddau? Pwy fyddai'n addurno'r festri ... ? Ac i ffwrdd â ni!

Un peth amlwg iawn o weithio gyda ieuenctid yw eu brwdfrydedd a'u dychymyg ... y peth amlwg arall ydi fod angen cefn i weithio ar yr ochr ymarferol i wneud yn sïwr fod y cyfan yn dod at ei gilydd! Rhowch y brwdfrydedd a'r gefnogaeth at ei gilydd ac fe gewch amser difyr ac adeiladol, gyda'r ieuenctid a'r arweinwyr yn dysgu llawer am ei gilydd, ac am sut i weithio fel tîm. Hefyd am haelioni a chefnogaeth y tô hŷn, a'u gwerthfawrogiad o ymdrechion yr ieuenctid.

Y fwydlen: gan ein bod yn codi arian at wledydd yn Ne America – 'Chilli' a reis (gan gynnwys opsiwn llai mentrus!). Yn y diwedd, cytunodd rhieni aelodau'r Clwb i gyfranu llond sosban o 'Chilli' neu bwdin. Cynheswyd y 'Chilli' a pharatowyd y reis yng nghegin y Festri. Roedd y dewis o bwdinau yn eang iawn – heb orfod cadw at y thema De Americanaidd.

Addurno: Treuliodd criw o'r ieuenctid beth amser yn addurno'r Festri o flaen llaw gan ddilyn thema'r noson.

Gwerthu tocynnau: Paratowyd tocynnau i'w gwerthu o flaen llaw er mwyn rhoi syniad faint o fwyd i'w baratoi.

Gweini: Yr ieuenctid oedd yn gweini'r bwyd. Roedd yn rhoi cyfle iddyn nhw brofi'r weithred o wasanaethu, ac roeddent yn cael y cyfle i ddod i adnabod yr oedolion.

Ymateb: Bu ymateb cadarnhaol iawn i'r noson gan y tô hŷn, a hynny yn galonogol i'r ieuenctid. Bu'n anodd pennu pris (£5.00 y pen), ac roedd llawer oedd wedi mwynhau yn credu ei fod yn rhy isel. Cyfrannodd llawer yn ychwanegol at eu tocyn mynediad ar y noson.

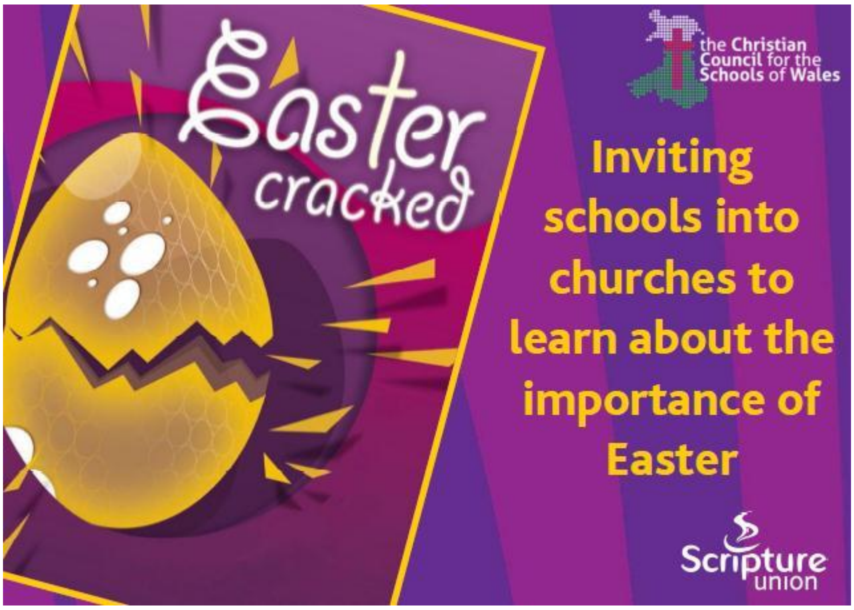
Daeth llawer o bethau positif iawn o'r profiad wrth i aelodau'r capel gyfarfod â chriw y Clwb Ieuenctid nad oeddent wedi eu gweld yn oedfaon y capel. Cafwyd ambell i sgwrs ddifyr rhwng y cenedlaethau ac ymdeimlad o un teulu mawr gyda'i gilydd. Ac fe gasglwyd swm teg at achos da iawn.

Yn ddiweddarach, penderfynodd un o'r ieuenctid gynnal noson debyg i godi arian at elusen cartref plant amddifad yn Mexico fel rhan o'i gwaith at y Fagloriaeth Gymraeg. Bu cryn gydweithio eto rhwng aelodau'r Clwb, y grŵp Bagloriaeth a'u rhieni, a cafwyd cefnogaeth dda gan aelodau hŷn y Capel.

Easter Cracked

Datblygwyd Easter Cracked yn ne Cymru mewn ymateb i'r cwricwlwm Addysg Grefyddol cynradd. Mae'n ddigwyddiad amlgyfrwng sy'n dangos pam y mae'r Pasg mor bwysig i Gristnogion.

Cynhelir y wers ryngweithiol ddwy awr mewn eglwysi lleol ac mae'n cynnwys cwisiau, drama, clipiau ffilmiau, cerddoriaeth, ail-greu Swper yr Arglwydd, cymharu sefyllfaoedd masnachol a Christnogol, a llyfryn gwaith ar gyfer pob disgybl.



Beth ddywedodd y disgyblion:
"Fyddwn i ddim yn newid dim byd. Roedd e'n wych! Dwi am ddweud wrth mam pam y mae'r Pasg mor bwysig – bod Iesu wedi dod yn ôl yn fyw!" (Disgybl Blwyddyn 5, ysgol gynradd yn ne Cymru)

Beth ddywedodd yr ysgolion:
"Mae Easter Cracked yn syniad gwych. Mae'n weledol, yn drawiadol iawn ac rwy'n credu y bydd y plant yn cofio llawer ohono. Trwy gyfarfod â'r cymeriadau oedd yno, bydd ganddyn nhw well syniad o lawer beth yw'r Pasg. .. Mae'r plant wrth eu bodd!" (Cydlynydd Addysg Grefyddol, ysgol gynradd yn ne Cymru)

Beth ddywedodd yr eglwysi:
"Dw i wedi ymwneud â sawl math o gwrs dros y blynddoedd, ond mae pob agwedd ar hwn yn taro deuddeg. Roedd yn bleser cael helpu i'w redeg." (Arweinydd eglwysig, Caerffili, de Cymru)

Cewch ragor o wybodaeth gan Matt Lewis yn ccsw.org.uk

Gwasanaeth Pasg i Bob Oed

"Peidiwch ag ofni….y mae ef wedi ei gyfodi….
Ewch a dweud wrth eraill "

Matthew 28

Mae Sul y Pasg yn ddiwrnod o ddathlu llawen wrth inni gofio atgyfodiad Iesu. Ond ar y Sul Pasg cyntaf hwnnw, roedd ffrindiau Iesu wedi eu syfrdanu ac yn ofnus – y peth cyntaf a ddywedodd yr angel wrthyn nhw oedd 'Peidiwch ag ofni!'. Ymhen hir a hwyr wrth gwrs roedd y disgyblion hwythau yn llawen wedi iddyn nhw sylweddoli bod eu ffrind yn fyw, ac wedi ei godi i fywyd trwy rym Duw.

Bydd y gwasanaeth hwn yn ein helpu i gofio bod ein gobaith yn ddiogel ac yn gwbl sicr. Roedd datganiadau Iesu mai ef oedd Mab Duw a ddaeth i'r byd i gynnig bywyd a maddeuant i bwy bynnag a fyddai'n credu ynddo wedi eu cyfiawnhau gan ei atgyfodiad. Bydd y gwasanaeth hefyd yn ceisio ein hannog i gymhwyso'r 'newydd da' hwn trwy ein hatgoffa nad oes rhaid inni fyw bellach mewn amheuaeth, ofn na dryswch. Wrth wynebu sefyllfaoedd anodd, pan fo'r cwbl o'n cwmpas yn newid, gallwn ddibynnu ar Dduw. Mae'r gobaith a gyflwynir i ni trwy atgyfodiad Iesu yn obaith i'n helpu i fyw o ddydd i ddydd ac yn obaith hefyd sy'n rhoi ystyr i'n bywyd.

Byddwn hefyd yn ystyried bod y newydd da bod Iesu'n fyw yn neges sy'n rhy dda i'w chadw i ni'n hunain, a'n bod yn cael ein hannog gan y Gwaredwr: ' Ewch a dweud…'
Wrth i bobl ddod i mewn i'r gwasanaeth rhowch ddarn o bapur a phensel iddynt a gofyn iddynt dynnu llun wyneb hapus ar un ochr ac wyneb trist ar yr ochr arall.

Cyflwyniad: Mae hynny mor siomedig!

Bydd arnoch angen bocs deniadol wedi ei glymu â rhubanau gyda phapur £10 wedi ei lynu y tu mewn i'r clawr â Blu-tac; cadw-mi-gei yn cynnwys arian tramor, washers a hoelion; a llun o'r bedd ar doriad gwawr.

Gwahoddwch bobl i awgrymu beth sydd y tu mewn i'r bocs. Gwnewch dipyn o orchest o hyn – gan greu cynnwrf. Ar ôl derbyn ambell syniad, agorwch y bocs yn ofalus fel nad oes modd gweld y £10. Gofynnwch i bawb sut maen nhw'nn teimlo wrth weld ei fod yn wag – siomedig, fflat, ayb.

Gwnewch rywbeth tebyg gyda'r cadw-mi-gei. Yn amlwg wrth ichi ei ysgwyd bydd yn gwneud sŵn. Faint o arian sydd y tu mewn? Agorwch y cadw-mi-gei er mwyn datgelu'r cynnwys. Trafodwch sut y mae pobl yn teimlo fan hyn – blin, wedi eu twyllo ayb.
Yna, edrychwch ar y llun o'r bedd. Atgoffwch y gynulleidfa fod y gwragedd wedi mynd at y bedd cyn gynted ag y gallent i weld Iesu. Sut oedden nhw'n teimlo wrth weld y maen wedi ei rowlio ymaith a'r bedd ei hun yn wag? – dryslyd, ypset, ofnus?

Weithiau, mae ein hymateb cyntaf yn anghywir. Ewch yn ôl at y bocs a dangos y £10 oedd wedi ei guddio.

Byddai ymateb y gwragedd i'r bedd gwag yn newid hefyd. Ydach chi'n cofio pam? Esboniwch yn syml ein bod yn dathlu'r ffaith fod Iesu wedi dod yn ôl yn fyw ar Sul y Pasg. Bod ei atgyfodiad yn profi ei fod yn fwy na dim ond bod dynol, wedi ei groeshoelio gan y Rhufeiniaid fel drwgweithredwr ar gyhuddiad ffug. Mae atgyfodiad Iesu'n dangos mai Iesu'n wir oedd Mab Duw, fel y dywedodd, a bod ei farwolaeth yn rhan o gynllun rhyfeddol Duw i gymodi'r byd ag ef ei hun.

Amser i Addoli

Dewiswch rai caneuon i'w canu gan gynnwys rhai sy'n sôn am yr atgyfodiad a chaneuon mawl i Iesu. Efallai yr hoffech gynnwys gweddïau o ddiolch a moliant hefyd.

Trist neu hapus – darlleniad o'r Salmau

Gofynnwch i bawb ddangos eu hwynebau hapus a thrist i chi. Efallai yr hoffech ofyn iddynt ymateb i'r datganiadau a ganlyn trwy ddal yr wyneb sy'n ateb y datganiad orau:

- Does dim ysgol fory!
- Mae te a theisen ar ôl y gwasanaeth!
- Mae yna ddiwrnod ychwanegol o wyliau penwythnos nesaf – i bawb!
- Bydd rhaid i bawb gerdded adref ar ôl y gwasanaeth – does dim hawl defnyddio ceir!

Gwyddom fod pethau'n digwydd bob dydd sy'n ein gwneud yn drist neu'n hapus. Mae'r Salm rydyn ni'n mynd i'w darllen yn cynnwys pethau oedd yn gwneud yr awdur yn drist a phethau oedd yn ei wneud yn hapus. Gwrandewch yn astud, ac os medrwch chi, dangoswch yr wyneb sy'n cyfateb i hynny wrth inni fynd trwy'r darn.

Darllenwch Salm 46

Gofynnwch i'r gynulleidfa beth oedd yn gwneud y Salmydd yn hapus a beth oedd yn ei wneud yn drist. Nodwch fod adnod 2 yn cyfeirio at y ffaith fod pobl Dduw, yr Israeliaid, wedi goroesi daeargryn dychrynllyd a bod adnod 9 yn cyfeirio at y ffaith eu bod wedi byw trwy sawl rhyfel.

Beth sy'n rhoi gobaith i bobl Dduw wrth iddyn nhw wynebu'r adegau anodd a brawychus hyn?

Dywed adnod 1 mai Duw yw cryfder ei bobl
Dywed adnod 4 y gall pobl Dduw brofi llawenydd hyd yn oed mewn adegau anodd
Dywed adnod 11 bod Duw yn gryf iawn a'i fod gyda'i bobl
Heddiw, mae'n dda cofio y bydd Duw yn rhoi cryfder i ninnau hefyd ac y bydd gyda ni pan fo pethau'n digwydd sy'n ein gwneud yn drist neu'n hapus.

Trist neu hapus – darlleniad o Mathew 28

Gofynnwch ymlaen llaw i dri o bobl ddarllen – storïwr, angel a Iesu. Awgrymwch wrth y gynulleidfa y dylent wrando'n ofalus am dri ymadrodd allweddol: "Peidiwch ag ofni", "Mae ef wedi ei gyfodi", "Ewch a dweud"

Ar ôl y darlleniad, gofynnwch i'r gynulleidfa ddychmygu eu bod nhw'n cyrraedd y bedd gyda'r gwragedd i gwblhau'r gwaith o bêr-eneinio corff Iesu. Roedden nhw mor drist a'r bedd mor wag! Sut fydden nhw yn teimlo? Yn sydyn, ymddangosodd angel gan siarad â nhw. Y peth cyntaf a ddywedodd yr angel, fel oedd yn digwydd yn aml, oedd "Peidiwch ag ofni". Yr ymateb arferol i angel yn y Beibl yw ofn – fel y gwarchodwyr yn y stori hon a lewygodd oherwydd eu braw!

Mae cyfarfod negesydd Duw yn llenwi pobl ag ofn gan eu bod yn disgwyl cael eu barnu. Ond nid neges o farn sydd gan yr angel y tro hwn ond neges o obaith, nad yw Iesu yn y bedd gan ei fod yn fyw. Sut oedd y gwragedd yn teimlo bellach? Roedden nhw wedi dod yno i eneinio ffrind annwyl, ond dyma glywed ei fod yn fyw! Mae gan yr angel fwy i'w ddweud: "Ewch a dweud wrth y disgyblion" oedd y dasg ryfeddol a gyflwynwyd iddyn nhw. "Rhyfeddol" gan fod y gwragedd bellach yn negeswyr ar ran Duw – doedd dynion Iddewig byth yn gwrando ar y gwragedd a doedd dim hawl ganddyn nhw fod yn dystion mewn llys chwaith!

Sylwch eu bod yn dal yn ofnus wrth redeg oddi yno i chwilio am y disgyblion. Ond wrth iddyn nhw redeg, mae Iesu yn cyfarfod â nhw, a pha bynnag emosiwn y maen nhw'n ei deimlo, maen nhw'n ymgrymu o'i flaen ac yn ei addoli. Pwy fyddech chi'n ymgrymu iddo a'i addoli?

Beth a ddywedodd Iesu wrth y gwragedd? "Peidiwch ag ofni. Ewch i ddweud wrth fy mrodyr..'

Roedd atgyfodiad Iesu yn ddigwyddiad 'unwaith yn unig'. Byddai Iesu byth yn tyfu'n hen ac yn marw eto. Roedd wedi trechu marwolaeth ac ofn marwolaeth ac wedi goresgyn drygioni.
Felly, wrth inni ddathlu atgyfodiad Iesu heddiw, sut y mae hynny'n gwneud i ni deimlo?
Gofynnwch i bawb ailadrodd y tri ymadrodd allweddol gyda chi: 'Peidiwch ag ofni', 'Y mae ef wedi ei gyfodi', 'Ewch a dweud'. Efallai y carech gynnwys symudiadau syml gyda phob ymadrodd. Er enghraifft, rhoi un llaw wrth eich ceg a sibrwd: 'Peidiwch ag ofni'; taflwch eich braich i'r awyr gan weiddi 'Mae ef wedi ei gyfodi', a phwyntiwch yn eich blaen gyda braich syth gan ddweud 'Ewch a dweud'.

Gweddïau: 'Peidiwch ag ofni', 'Mae ef wedi ei gyfodi'. 'Ewch a dweud'

Byddwch angen y logo Nike i'w arddangos.

Gofynnwch i'r gynulleidfa beth yw'r slogan Nike – Just do it

Wrth inni ddysgu pethau o'r Beibl, mae'n bwysig iawn ein bod yn ceisio ufuddhau – mae'n rhaid inni JEST EI WNEUD O.

Pan fyddwn yn ymddiried yn Iesu bydd ef yn byw oddi mewn i ni trwy ei Ysbryd Glân, a'r Ysbryd Glân sy'n ein galluogi ni i ufuddhau.

Mae ein gweddïau heddiw am ein helpu i feddwl am yr hyn rydyn ni wedi ei ddysgu a sut y gallwn ei roi ar waith pob dydd. Esboniwch y byddwch yn caniatáu amser distaw er mwyn i bawb gael gweddïo wedi pob paragraff.

1. Fy nghalon – Paid ag ofni
Rhowch eich dwylo ar eich calon

Atgoffwch bawb ein bod oll yn meddwl, yn dweud ac yn gwneud pethau drygionus. Weithiau, dydan ni ddim yn meddwl, dweud neu wneud y pethau y dylem eu gwneud. Weithiau rydyn ni'n ofnus heb sylweddoli bod Duw gyda ni ac yn ddigon nerthol i'n helpu. Mae Duw yn gwybod beth sydd yn ein calonnau ac yn fodlon maddau i ni wrth inni ddweud 'Sori'. Gadewch inni ofyn i Dduw faddau i ni. Gadewch inni ofyn i Dduw helpu'r rhai hynny sy'n bryderus ac yn ofnus heddiw.

2. Fy mhen – Mae ef wedi ei gyfodi.
Rhowch eich dwylo ar eich pen

Y newyddion da y cawson ni'n hatgoffa ohono heddiw yw na fydd Duw yn flin gyda ni ond bydd yn maddau i ni gan fod Iesu wedi marw er mwyn delio â'n pechod ni. Weithiau, rydyn ni'n anghofio'r hyn rydyn ni wedi ei ddysgu am Iesu, rydyn ni'n anghofio nad yw'n farw, rydyn ni'n anghofio'r addewidion y mae wedi eu gwneud i ni, y bydd gyda ni ac y bydd yn ein helpu ni. Beth am ofyn i Dduw i'n helpu i gofio'r cwbl yr ydyn ni wedi ei ddysgu ac ufuddhau iddo. Gadewch inni ofyn i Dduw i'n helpu pan rydyn ni'n ei chael hi'n anodd i gredu neu i ddeall.

3. Fy nwylo a'm traed – Ewch a dweud
Clapiwch eich dwylo a tharo'ch traed ar y llawr.

Roedd gan y gwragedd neges bwysig iawn i'w chyflwyno i'r disgyblion. Mae Iesu'n gofyn i ni fynd â neges i bobl hefyd. Mae am inni ddweud wrthyn nhw ei fod yn eu caru, ei fod wedi marw drostyn nhw a'i fod yn fyw. Gadewch inni ofyn i Dduw ein helpu ni i ddweud wrth bobl eraill am neges ryfeddol cariad Iesu. Gadewch inni ofyn iddo ein helpu i ddangos cariad Iesu hefyd trwy fod yn garedig. Gadewch inni ofyn i Dduw i amddiffyn a bendithio pawb, ym mhob rhan o'r byd, sy'n ceisio rhannu'r newyddion da am gariad Iesu gydag eraill.

Caneuon i gloi

Digwyddiad Pentecost i Bob Oed

Mae 5 rhan i'r Digwyddiad hwn:

1. Paratoi – o leiaf 4 wythnos cyn y Digwyddiad
Beth sy'n hanfodol: Treuliwch amser i ddarllen y syniadau a thrafod pwy fydd yn gwneud beth.
Yn amlwg, bydd angen digon o bobl i helpu er mwyn cynnal Digwyddiad, ond mae hynny'n fodd i gynnwys yr holl aelodau.
Y nod yw bod yn gyfeillgar ac yn groesawus – a chofiwch fod argraffiadau cyntaf yn bwysig iawn. Felly rhowch eich pobl fwyaf cyfeillgar a llawen ar y drws er mwyn croesawu a chofrestru eich gwesteion!
Gofynnwch i bawb i weddïo dros y Digwyddiad bob dydd a dosbarthu gwahoddiadau o leiaf dair wythnos ymlaen llaw.
Sicrhewch gyhoeddusrwydd ar gyfer y digwyddiad a gofynnwch i'r ysgol leol a gewch chi ddosbarthu ffleiers.

2. Chwarae rhydd a gweithgareddau: 30-45 munud
Mae gwahanol gemau, teganau a gweithgareddau ar gael fel y gall y plant symud rhyngddynt gyda'u rhieni/gofalwyr.
Dylid gosod y rhain yn eu lle cyn i bobl gyrraedd. Wrth i bobl gyrraedd, dylid eu cyfarch, ac fe ddylid cofnodi eu henwau a'u rhifau ffôn cyn esbonio trefn y digwyddiad iddynt. Dylid dweud wrthynt ble mae'r toiledau a lle y gallant adael eu cotiau.
Dylai cynorthwywyr grwydro o gwmpas ac ymuno yn y gweithgareddau, gan ddefnyddio hyn fel cyfle i sgwrsio gyda'r plant a'u rhieni/gofalwyr.
Mae ambell syniad ar gyfer gemau grŵp wedi'u cynnwys os oes gennych ddigon o le a rhywun i'w harwain.

3. Amser crefftau: 30-45 munud
Dylid paratoi'r holl bethau angenrheidiol a'u gosod yn eu lle os oes gennych ystafell sbâr y gallwch ei defnyddio. Fel arall, efallai y bydd rhaid ichi glirio un ystafell er mwyn gwneud lle ar gyfer y gweithgareddau Crefftau.
Awgrymir mwy nag un Grefft, felly os yw plentyn yn gorffen un gall symud ymlaen i weithgaredd arall. Eto, anogir rhieni/gofalwyr i ymuno â'u plant.
Hefyd ar yr adeg hon, mae papur lliwio a thudalennau cwis ar gael: ar ddyfodiad yr Ysbryd Glân yn Actau, pennod 1 a 2. Eto, trwy gydol yr amser hwn, dylai'r cynorthwywyr geisio sgwrsio a bod yn gyfeillgar.

4. Gwasanaeth: 15 munud.
Mae'n syniad da cael y gwasanaeth yn y capel ei hun. Mae syniadau yma ar gyfer caneuon, gweddïau a stori. Dylai'r cyfnod hwn fod yn gyfnod anffurfiol, hapus i bawb!
Eto, mae'n rhaid cael popeth yn ei le ymlaen llaw. Dylai'r gwasanaeth bara tua chwarter awr.
Mae syniadau da iawn ar wefan barnabasinchurches.org.uk

5. Pryd o fwyd gyda'ch gilydd: 30-45 munud

Efallai mai dyma fydd y rhan fwyaf brawychus o drefnu digwyddiad fel hyn, yn enwedig os nad ydych yn siŵr faint fydd yn dod. Ond mae bwyta gyda'n gilydd yn ffordd wych o adeiladu perthynas ac mae merched ein heglwysi yn hen gyfarwydd ag arlwyo gwledd! Felly, mae syniadau ar gyfer prydau poeth wedi'u rhestru, ond efallai y byddech yn fwy cyffyrddus yn trefnu bwffe gyda'ch helpwyr oll yn dod â phlât neu ddau gyda nhw. Mae rhai eglwysi sy'n cynnal Llan Llanast/Messy Church yn archebu pysgod a sglodion neu bizza – ac yn talu amdano eu hunain!

1. Paratoi

Beth y mae angen ei drefnu?	Pwy?
1. Dyddiad, amser, lleoliad 2. Hysbysebu: Posteri Gwahoddiadau Gwahoddiadau i'r Digwyddiad nesaf – i'w rhannu ar y diwedd 3. Rhywun i fod yn gyfrifol am groesawu pobl; Helpwyr 4. Rhywun i fod yn gyfrifol am Chwarae Rhydd a gweithgareddau; Helpwyr 5. Rhywun i fod yn gyfrifol am Amser Crefftau; Helpwyr 6. Rhywun i fod yn gyfrifol am y Gwasanaeth; Helpwyr 7. Rhywun i fod yn gyfrifol am y pryd bwyd; Helpwyr 8. Rhywun i ddiolch i bawb am ddod, diolch i'r helpwyr, gwahodd pawb i'r digwyddiad nesaf, a dweud ffarwel.	

2. Chwarae rhydd a Gweithgareddau: 45 munud

Beth y mae angen ei drefnu?	Pwy?
1. Gosod bwrdd gyda theisennau bach wedi'u gwneud yn barod, eisin ac addurniadau. Bydd angen i bawb addurno teisen – bydd y rhain yn bwdin yn nes ymlaen! Felly, dylai pawb olchi eu dwylo gyntaf a gosod pob teisen ar ôl ei haddurno ar ddarn o bapur gydag enw'r person hwnnw wedi'i ysgrifennu'n glir arno. 2. Casglu gemau bwrdd i'w defnyddio – e.e. Scrabble, Jenga, Frustration. 3. Gosod clai/plastisin ac offer priodol ar fwrdd 4. Creu ardal gyda theganau i fabanod/plant mân, gyda ryg neu fat chwarae. 5. Creu ardal gyda theganau ar gyfer plant bach – doliau, garej, brics a chegin degan ayb. 6. Ar gyfer plant hŷn: • Gosodwch luniau i fyny ar gyfer y cwis a chael pensiliau a phapur er mwyn cofnodi'r atebion. Gweler Nodyn 1 • Cael copïau o'r Her. Gweler Nodyn 2. 7. Creu bwrdd gyda chreons/pensiliau lliw a phapur/llyfrau lliwio. 8. Oes yw'r adnoddau gennych, gallwch ddefnyddio Playstation neu Xbox. 9. Os hoffech chwarae gemau bwrdd ar ôl i bawb gyrraedd, bydd angen cael rhywun i drefnu hyn – gweler Nodyn 3 isod	

Nodyn 1: Cwis: Paru'r wlad a'r iaith
Rhowch luniau o'r gwledydd a'r ymadroddion ar y waliau o gwmpas y neuadd/eglwys.
Mae'r rhain i'w gweld ar ddiwedd amlinelliad y Sesiwn.
Bydd y parau/grwpiau yn ceisio paru'r wlad (ar ôl ei hadnabod) gyda'r ymadrodd yn iaith y wlad honno.
Trefnwch fod gennych wobr i'r tîm buddugol – gwnewch hyn yn y gwasanaeth.

Nodyn 2: Yr Her
Pwy all gael hyd i'r mwyaf o atebion? Rhaid ysgrifennu'r enwau ar y papur ochr yn ochr â'r dasg briodol. Mae taflenni'r Her i'w gweld ar ddiwedd amlinelliad y Sesiwn.
Eto, efallai y carech roi gwobr fach yn ystod y gwasanaeth i'r person/grŵp gyda'r mwyaf o atebion.

Nodyn 3: Gêmau grŵp
Mae parashwt yn hynod ddefnyddiol ar gyfer gêmau grŵp – efallai y cewch fenthyg un o'r ysgol leol!
Mae gêmau parashwt i'w gweld yn http://rhymetime4kids.blogspot.co.uk
Mae gêmau cyfnewid wastad yn hwyl – sgipio, hopian, cerdded fel gwahanol anifeiliaid, defnyddio balŵns, a fflapio siapiau pysgod wedi'u gwneud o bapur newydd.

3. Amser Crefftau

Beth y mae angen ei drefnu ?	Pa adnoddau ?
Ffyn gwynt a thân Bydd gan y plant dau diwb. Maent yn gludo papur coch, melyn ac oren ar un – dyma'r 'ffyn tân'. Ac maent yn gludo stripiau gwyn i'r llall – dyma'r 'ffyn gwynt'. Rhowch selotep o'u cwmpas i'w cadw yn eu lle. Addurnwch y tiwbiau â sticeri. Ysgrifennwch enwau'r plant ar y ffyn – byddant yn eu defnyddio'n hwyrach yn ystod y gwasanaeth wrth i'r stori gael ei hadrodd.	Stripiau papur crepe coch, melyn, oren a gwyn 30cm o hyd; tiwbiau cardfwrdd (NID roliau papur tŷ bach!); glud; selotep; sticeri i addurno'r tiwbiau.
Gwneud modelau o sbwriel a sothach Dangoswch yr eitemau sydd wedi'u hailgylchu i'r plant a'u herio i wneud rhywbeth o'r hyn sydd o'u blaenau! Mae teclyn dal pensiliau yn hawdd ac o fewn cyrraedd y rhan fwyaf o blant! Mae syniadau i'w gweld ar wefan makingfriends.com Wrth i'r plant weithio, trafodwch sut y mae'r hen ddeunydd yn cael ei **drawsffurfio** i rywbeth newydd – thema a fydd yn codi eto yn y gwasanaeth.	Casgliad o sbwriel glân; papur lliw; sequins; rhuban; darnau o ddefnydd; glud a brwshys; selotep/masking tape. Casgliad o eitemau sydd wedi'u gwneud o ddeunyddiau wedi'u hailgylchu.
Placiau 'Mae Iesu yn eich caru' Dangoswch gopi o'r papur "Mae Iesu yn eich caru" gan esbonio pa iaith yw pob un. Gwahoddwch bawb i ddewis ymadrodd , gan ei ludo ar eu cardiau a'i addurno. Os oes gennych bobl o wahanol wledydd yn eich ardal/eglwys, ceisiwch gynnwys eu hiaith hwythau. Wrth i bobl weithio ar hyn, siaradwch am Gristnogion eraill y gwyddoch amdanynt mewn gwledydd eraill neu genhadon y mae'r eglwys yn eu cefnogi.	Darnau o gardiau hirsgwar Copïau o 'Mae Iesu'n eich caru' wedi'u hargraffu. Gallwch ddefnyddio paent / pinnau ffelt/sticeri/deunyddiau/siapiau pasta i addurno'r geiriau. Glud a brwshys.
Taflenni lliwio a thaflenni Cwis	Llungopïau o daflenni gwaith perthnasol, creonau, pensiliau, pinnau ffelt.

4. Gwasanaeth

Beth?	Pwy?	Adnoddau?
1.Paratoi'r man gwaith		Chwaraewr CD i chwarae cerddoriaeth wrth bawb gyrraedd. Taflunydd – sgrin – gliniadur Gitarydd, pianydd – copïau o gerddoriaeth
2. Croeso		Dewiswch rywun sydd yn gallu estyn croeso cynnes a chyfeillgar gyda gwên a brwdfrydedd.
3. Cân		Dewiswch gan hawdd, fywiog sy'n apelio at blant. Rhowch bobl yn y blaen i arwain. Rhowch y geiriau ar sgrîn/wal neu ar daflen caneuon – a gwnewch ddigon o gopïau!
4. Y Stori • Cyflwyniad: Siarad am benblwyddi -holwch a oes rhywun sy'n bresennol yn cael pen-blwydd yn ystod yr wythnos i ddod a chanu 'Pen-blwydd Hapus'. Esboniwch fod Cristnogion o bob rhan o'r byd yn cofio adeg sefydlu'r eglwys, flynyddoedd maith yn ôl. Yr enw a roddir ar hwn yw'r 'Pentecost'- a dyma ben-blwydd yr Eglwys mewn ffordd ! • Adroddwch hanes dyfodiad yr Ysbryd Glân yn eich geiriau eich hun –anogwch y plant i chwifio eu ffyn tân a gwynt pan fo hynny'n briodol. • Cymhwyso: Roedd Iesu wedi mynd yn ôl i'r nefoedd i fod gyda Duw, ei Dad, ond cyn mynd roedd wedi dweud		Defnyddiwch un neu ddwy o'r teisennau y mae pobl wedi'u gwneud. Gwnewch yn siŵr fod eu ffyn tân a gwynt gan y plant.

wrth ei ffrindiau fod ganddynt waith pwysig iawn i'w wneud – roedd rhaid iddynt ddweud wrth bawb amdano ef, ei fod yn eu caru nhw a'i fod wedi marw ar y groes drostynt. Ond doedd y disgyblion ddim yn gallu gwneud hyn ar eu pen eu hunain – roedd angen yr Ysbryd Glân i'w helpu. Llwyddodd yr Ysbryd Glan i drawsnewid ffrindiau Iesu – yn union fel y mae'r plant wedi trawsnewid sothach yn rhywbeth defnyddiol. Cyn hyn, roeddent yn ofnus ac yn ansicr beth i'w ddweud am Iesu – ond wedi dyfodiad yr Ysbryd Glan, roeddent am ddweud wrth bawb bod Iesu'n eu caru. Edrychwch ar rai o'r placiau a'r ieithoedd gwahanol. • Heddiw ym mhob rhan o'r byd, mae pobl sydd wedi clywed am gariad Iesu ac sydd wedi penderfynu caru Iesu hefyd. Ac mae Duw yn rhoi'r Ysbryd Glân i bawb sy'n credu yn Iesu fel y gallwn ganmol Duw a gwneud pethau dros Dduw na allwn eu gwneud ar ein pen ein hunain. 5.Gweddi ryngweithiol NEU Weddïau awyrennau papur		Trefnwch fod rhai o'r modelau wrth law. Dangoswch rhai o'r placiau. Defnyddiwch glôb neu lun o'r byd a gweddïwch dros Gristnogion mewn gwahanol wledydd ar draws y byd. Gwahoddwch bobl i ddod i ddewis gwlad. Rhowch ddarn o bapur a phensel i bawb a gofyn iddynt ysgrifennu gweddi a phlygu'r

Gweddi ar gyfer y Gwasanaeth Mae'r arweinydd yn darllen y brawddegau mewn sgwennu bras gyda phawb yn ateb gyda'r llinell: **"Iesu, rwyt ti'n rhyfeddol"** **Arglwydd Iesu, roeddet ti'n gwybod bod y bobl yn llwglyd ac roeddet yn malio amdanynt** *Iesu, rwyt ti'n rhyfeddol,* **Arglwydd Iesu , cymeraist bicnic y bachgen bach gan fwydo pawb!** *Iesu, rwyt ti'n rhyfeddol,* **Diolch Iesu dy fod ti'n gwybod am fy holl anghenion i hefyd,** *Iesu, rwyt ti'n rhyfeddol,* **Diolch dy fod yn ein caru ac yn gallu ein helpu,** *Iesu, rwyt ti'n rhyfeddol,* **Diolch Iesu am bopeth rwyt ti'n ei roi i ni,** *Amen* 6. Rhowch y wobr i'r teulu/tîm buddugol. 7. Esboniwch sut y bydd y pryd bwyd yn gweithio a dweud gras bwyd.		papur fel awyren. Cyfrwch i 3 a chael pawb i daflu'r awyren. Codwch ambell un a'u darllen gyda phawb yn ymuno gan ddweud "Amen'

5. Pryd Bwyd

Pa fwyd ? Rhestr o'r eitemau y mae eu hangen	Pwy sy'n dod â nhw?
Pethau hanfodol: Platiau; cyllyll, ffyrc a llwyau; bagiau bin; llieiniau sychu llestri; halen, pupur, sawsiau ac ati Y Prif Gwrs: Y Pwdin: Dylai'r rhan fwyaf fod wedi addurno teisen. Efallai yr hoffech gael dewis arall a theisennau bach ychwanegol ar gyfer y bobl sydd heb deisen. Diodydd	

Syniadau ar gyfer y prif gwrs:
Pastai'r Bugail gyda phŷs/salad; Pasta pob; Caserol Cyw Iâr; Tatws trwy'u crwyn a llenwadau – caws, ffa pob, tiwna, chilli; Ham a wedjis tatws; Pitsa; Bysedd pysgod a sglodion.

Gallwch weini'r uchod i gyda gyda salad a/neu rholiau bara/pŷs
Ceisiwch beidio â defnyddio cnau. Ceisiwch drefnu i gael rhywbeth heb gig.

Gofynnwch i fwy nag un ddod â phryd penodol e.e. trefnwch i 4 o bobl ddod â phastai/caserol/6 taten trwy'i chroen.

Cymru - Mae Iesu'n dy garu

Lloegr - Jesus Loves You

Yr Almaen - Jesus liebt dich

Sbaen - Jesus te quiere

camu

Ffrainc - Jesus t'aime

Yr Eidal - Jesus li ama

Taflen her

Rhywun sydd wedi bod dramor ar wyliau	Rhywun sy'n cefnogi Manchester United	Rhywun sydd â mwy na 2 anifail anwes
Rhywun sy'n bwyta muesli	Rhywun sy'n gallu dweud rhywbeth yn Sbaeneg	Rhywun sy'n gallu cyffwrdd eu trwyn â'u tafod
Rhywun sy'n gwisgo sanau o liw gwahanol	Rhywun sydd ddim yn licio siocled	Rhywun sydd yn cael pen-blwydd ym mis Rhagfyr

Rhywun sydd wedi bod dramor ar wyliau	Rhywun sy'n cefnogi Manchester United	Rhywun sydd â mwy na dau anifail anwes
Rhywun sy'n bwyta muesli	Rhywun sy'n gallu dweud rhywbeth yn Sbaeneg	Rhywun sy'n gall cyffwrdd ei drwyn gyda'i dafod
Rhywun sy'n gwisgo sanau gwahanol liw	Rhywun sydd ddim yn hoffi siocled	Rhywun sy'n cael pen-blwydd ym mis Rhagfyr

Mae Iesu'n dy garu!

Jesus loves you!

Jesus liebt dich!

Jesus te quiere!

Jesu t'aime!

Jesus li ama!

Digwyddiad Diolchgarwch i Bob Oed

Iesu’n bwydo’r 5000

Mae paratoadau a ffurf y Digwyddiad hwn yn union yr un fath â rhai Digwyddiad y Pentecost. Felly, trowch i’r adran honno i gael cyfarwyddiadau manwl.

1. Chwarae Rhydd a Gweithgareddau – 45 munud

Beth y mae angen ei drefnu?	Pwy?
1. Casglu gemau bwrdd e.e. Scrabble, Jenga, Frustration 2. Creu bwrdd hefo clai/plastisin ac offer addas 3. Creu ardal deganau ar gyfer babanod, plant mân, gyda ryg neu fat chwarae 4. Creu ardal chwarae gyda theganau ar gyfer plant bach – doliau, garej, briciau, cegin degan 5. Creu bwrdd gyda bara ar gyfer y prawf blasu – gweler Nodyn 1 isod 6. Creu bwrdd gyda chreions/pensiliau lliw a phapur/llyfrau lliwio 7. Os yw’r adnoddau wrth law, defnyddio Playstation neu Xbox 8. Os hoffech chwarae ychydig o gemau grŵp ar ôl i bawb gyrraedd, bydd angen i rywun gymryd gofal o hyn – gweler Nodyn 2 isod	

Nodyn 1: Y Prawf Blasu
Dyma weithgaredd y gall rhieni/gofalwyr ei wneud gyda’u plant.

Bydd angen gwahanol fathau o fara wedi’u gosod ar blatiau papur sydd wedi eu rhifo. Mae’n rhaid i’r timau adnabod y gwahanol fathau o fara.

Bydd ar bob ‘tîm’ angen pen a phapur er mwyn cofnodi eu hatebion.

Gallech hefyd gopïo’r cwestiynau isod a’u rhoi ar waliau’r ystafell:

1) O ba wlad y daw Cyri? INDIA
2) Sut fath o fwyd yw brie? CAWS
3) Pobl o ba wlad sy’n mwynhau bwyta pysgod drewllyd? NORWY
4) Sut fath o fwyd yw Naan? BARA
5) O ba wlad y daw Pizza? YR EIDAL
6) Beth yw bara lawr? GWYMON BWYTADWY
7) Pa wlad sy’n enwog am eu hambyrgers? UDA
8) Pobl ym mha wlad sy’n bwyta coesau brogaod a malwod? FFRAINC
9) O ba wlad y daw Haggis? YR ALBAN
10) Pa fara sy’n cael ei fwyta ar ddydd Gwener y Groglith? BYNSEN Y GROG

Rhowch wobr i’r tîm buddugol – gwnewch hyn yn ystod y gwasanaeth.

Nodyn 2: Gemau grŵp
Mae parashwt yn ddefnyddiol ar gyfer gemau grŵp – efallai y cewch fenthyg un o'r ysgol leol!

Mae gemau parashwt i'w gweld ar http://rhymetime4kids.blogspot.co.uk
Mae rasys cyfnewid yn hwyl – sgipio, hopian, cerdded fel gwahanol anifeiliaid, defnyddio balŵns, gwneud siapiau pysgod i'w fflapio o bapur newydd.

2. Amser Crefft

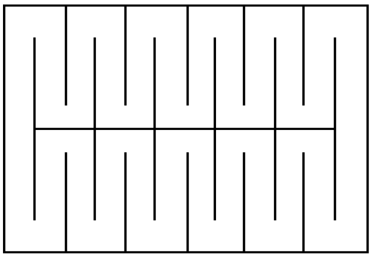
Beth y mae angen ei drefnu?	Pa adnoddau?
1. Gwneud modelau hefo toes Gwnewch y toes trwy gymysgu 300g o flawd plaen, gyda 300g o halen, 30ml o olew a 200ml o ddŵr. Byddai'n hwyl gadael i'r plant wneud hyn eu hunain. Anogwch y plant i wneud modelau o beth bynnag sy'n apelio atynt gan esbonio y gallant fynd â nhw adref i'w pobi a'u paentio. Trafodwch fwydydd a wneir o flawd. Esboniwch fod y cynhaeaf yn adeg arbennig i Gristnogion gan ein bod yn cofio'r holl bethau da y mae Duw wedi eu rhoi i ni i'w bwyta.	Powlenni, llwyau, cloriannau, blawd plaen, halen, olew llysiau, dŵr, cyllyll, bagiau papur gyda'r cyfarwyddiadau 'Pobwch yn y popty am 6 awr, 100°C/225°F, Nwy ¼. Paentiwch ar ôl iddynt oeri' arnynt.
2.Trefniant ar gyfer y Cynhaeaf Helpwch y plant i dâpio darn o oasis wrth soser/potyn a'u hannog i greu trefniant gyda'r dail a'r blodau. Soniwch am yr holl blanhigion sy'n tyfu yn eu gerddi ac yn y gwyllt a sut y mae Duw yn gwneud iddynt dyfu hyd yn oed os nad oes neb yn eu gweld. Mae Duw hefyd yn darparu aeron a chnau i'r anifeiliaid gwyllt a'r adar i'w bwyta. 3. Gwneud Llyfrnod Helpwch y plant i ddewis dau gerdyn o faint gwahanol a gosod y naill ar gefn y llall. Yna gallant ddewis coesynnau grawn i'w gludo arnynt. Gallant orffen trwy gopïo'r adnod.	Oasis, soseri/potiau plastig bychan, masking tape neu florist tape, siswrn, a chasgliad o ddail a blodau, rhai plastig a rhai go iawn. Cardiau lliw hirsgwar, rhai'n fwy cul na'r lleill, tywysennau o yd/grawn/barlys, gliw, pinnau ffelt, siswrn. Ysgrifennwch : "Myfi yw Bara'r Bywyd" fel y gall y plant ei gopïo.
4. Taflenni lliwio a thaflenni cwis	Ffotogopïau o'r taflenni gwaith perthnasol, creons, pensiliau, pennau ffelt.

3. Gwasanaeth

Beth?	Pwy?	Adnoddau?
1.Paratoi'r man gwaith		Chwaraewr CD i chwarae cerddoriaeth wrth bawb ddod i mewn Taflunydd – sgrin – gliniadur Gitarydd, pianydd – copïau o gerddoriaeth
2. Croeso		Dewiswch rywun sydd yn gallu estyn croeso cynnes a chyfeillgar gyda gwên a brwdfrydedd.
3. Cân		Dewiswch gân hawdd, fywiog sydd yn apelgar i blant. Rhowch bobl yn y blaen i arwain. Tafluniwch y geiriau ar sgrin/wal neu ar daflen ganeuon - a gwnewch ddigon o gopïau!
4. Y Stori • Eglureb: 'Gwneud yr amhosibl' • Dweud stori Iesu'n bwydo'r 5000 • Cymhwyso'r stori – Nodyn 2		Darn o bapur A4 a siswrn – gweler Nodyn 1 Lluniau ar PowerPoint. Gweler Nodyn 2.
5. Gweddi ryngweithiol		Darllenwch y weddi PowerPoint gyda'ch gilydd ond cofiwch esbonio y bydd yr Arweinydd yn darllen un frawddeg a'r gynulleidfa'n ateb trwy ddweud 'Iesu rwyt ti'n rhyfeddol'
6. Rhoi'r wobr i'r teulu/tîm buddugol		
7. Esbonio sut y bydd yr amser bwyd yn gweithio a dweud gras bwyd.		

Nodyn 1:
Bydd arnoch angen darnau o bapur A4 a sisyrnau. Heriwch rywun i wneud twll yn y papur a fydd yn ddigon mawr iddynt gamu trwyddo. Gadewch i ambell i blentyn/oedolyn geisio gwneud hynny cyn dangos yr ateb.
Gwnewch y pwynt, er bod rhai pethau'n edrych yn amhosib i ni, mae modd eu gwneud – os ydych yn gwybod SUT.

Dechreuwch drwy blygu'r papur yn ei hanner ar ei hyd.
Tynnwch linellau fel sydd ar y patrwm gyferbyn.
Torrwch ar hyd y llinellau yn ofalus (nid y llinellau o gwmpas yr ochrau – ymylon y papur yw'r rhain).
Agorwch y papur yn ofalus i weld stribed hir heb doriad.
Mae'n bosibl camu trwy'r cylch.



Nodyn 2:
Atgoffwch y gynulleidfa o'r eglureb – torri'r papur fel y gall rhywun gamu trwyddo. Gwnaeth Iesu rywbeth yn ein stori a fyddai'n amhosibl i ni. Sut allai ef fwydo'r holl bobl â phum torth fach a dau bysgodyn?

Wel mae'r Beibl yn dweud wrthym fod Iesu'n berson arbennig iawn – Mab Duw. Felly, roedd gan Iesu bŵer anhygoel – fel Duw ei hun. Gallai gyflawni'r amhosib!
Mae Cristnogion yn credu bod Iesu wedi dod i'r ddaear i ddangos i ni sut un yw Duw ac i ddangos i ni gymaint y mae Duw yn ein caru. Wrth fwydo'r holl bobl hynny, roedd Iesu'n dangos i ni fod gan Dduw bŵer goruwchnaturiol a'i fod yn tosturio pan fo angen bwyd ar bobl.

Ar adeg y cynhaeaf, rydyn ni'n cofio'n benodol sut y mae Duw wedi darparu bwyd ar ein cyfer ni ac fe gofiwn ni fod Duw am inni ofalu am y rhai sy'n llwgu ac yn dlawd.

4. Pryd o Fwyd

Pa fwyd? Rhestr o'r eitemau angenrheidiol	Pwy sy'n dod â nhw?
Pethau hanfodol: Platiau; cyllyll, ffyrc a llwyau; bagiau bin; llieiniau sychu llestri; halen, pupur, sawsiau ac ati Y Prif Gwrs: Y Pwdin: *(Mae cacen yn hawdd, a chornedi hufen iâ)* Diodydd	

Syniadau ar gyfer y prif gwrs:
Pastai'r Bugail gyda phŷs/salad; Pasta pob; Caserol Cyw Iâr; Tatws trwy'u crwyn a llenwadau – caws, ffa pob, tiwna, chilli; Ham a wedjis tatws; Pitsa; Bysedd pysgod a sglodion

Gallwch weini'r uchod i gyda gyda salad a/neu rholiau bara/pŷs
Ceisiwch beidio â defnyddio cnau. Ceisiwch drefnu i gael rhywbeth heb gig.
Gofynnwch i fwy nag un ddod dod â phryd penodol e.e. trefnwch i 4 o bobl ddod â phastai/caserol/6 taten trwy'i chroen.

Gwasanaeth Teuluol - Nadolig

Paratoi ar gyfer y Diwrnod Mawr!

Croeso, gweddi fer, emyn/cân

Sgetsh i gyflwyno thema'r Oedfa – Paratoi ar gyfer y Nadolig

Bydd arnoch angen pedair menyw mewn caffi ar ôl bod yn siopa Nadolig. Dylai'r pethau a brynwyd gynnwys cannwyll a fydd yn cysylltu'r sgetsh â'r sgwrs.

Geiriau i gyflwyno'r sgetsh: "Mae cymaint i'w wneud cyn y Nadolig a phawb mor brysur. Heddiw, rydyn ni am dreulio ychydig amser yn meddwl am y rheswm dros y dathlu, a pharatoi ein calonnau, gobeithio, i ddiolch i Dduw am anfon ei Fab, Iesu, i ganol ein byd."

Gwraig 1	Wel, dw'i erioed wedi gweld y fath brysurdeb! Mae yna bobl ym mhobman. Oes gan y bobl yma ddim cartrefi?
Gwraig 2	Sobor wir!
Gwraig 1	Pam yn y byd na fase nhw wedi paratoi'n fwy prydlon? Mae yna 365 o ddiwrnodau mewn blwyddyn. Does dim angen gadael popeth tan y funud olaf!
Gwraig 4	Fel ni?!
Gwraig 3	Mae'r siopau 'ma'n llawn dop! Mae fel ceisio gwasgu eliffant i dun sardîns!
Gwraig 4	Pwy wyt ti'n galw'n eliffant?
Gwraig 2	Sobor wir!
Gwraig 3	Ti'n gwybod be dwi'n feddwl! Mae pawb yn y byd wedi hurtio. Dim ond Dolig yw hi; be di'r holl ffŷs a ffwdan?
Gwraig 1	Mi fues i'n aros am o leiaf ganrif yn y ciw yn y siop ddillad yna, a dim ond isio pâr o sanau i John oeddwn i.
Gwraig 2	Sobor wir!
Gwraig 1	Ac wedyn, ar ôl ciwio, dyma gofio bod eisiau pâr i fy nhad-yng-nghyfraith hefyd, a dyma fi'n taro i'w nôl nhw, a gorfod sefyll yn y ciw eto!
Gwraig 3	Wel, rwyt ti wedi byrhau'r gaeaf i ti dy hun beth bynnag. Be wyt ti'n feddwl o'r top yma wnes i brynu? 'Does dim gwerth imi ddisgwyl i Ianto brynu dim i mi, felly dwi'n prynu fy mhresantau fy hunan. Dw'i ddim am ei gadw cofia, mi af ag o yn ôl yn y sêl, cael fy arian yn llawn ac yna prynu'r un top yn y sêl. Arbed ffortiwn a chael rhywbeth i'w agor fore Dolig.
Gwraig 4	Dyna syniad da! O! mae nghoesau i'n brifo. Ble mae'r ddynes 'na efo fy mhaned? Cofia, mi fedrwn i neud efo rhywbeth cryfach ar ôl cario'r bagiau 'ma i fyny ac i lawr y stryd. Mae mreichiau i bron â disgyn. Dw'i am dynnu fy sgidiau i gael tamaid o aer. O! O! hyfryd!
Gwraig 2	Sobor wir!
Gwraig 4	Beth bynnag, dw'i bron â gorffen paratoi, a beth bynnag sydd ar ôl... Wel! tyff taten. Roeddwn wedi meddwl cael rhywbeth neis i'r gweinidog, mi fuodd o'n dda wrth Wil ar ôl yr opyresion hernia 'na. Ond dw'i 'di cofio fod yna dun o fisgedi yn y tŷ heb ei agor ers Dolig dwetha'.
Gwraig 1	Dw'i jest angen picied i un siop arall, a gobeithio fod pawb ar y rhestr yn iawn wedyn. Faint o'r gloch mae'r bys yn mynd yn ôl? Er, wedi meddwl, fyddwn ni ddim hwyrach yn cyrraedd y bys na Jemeima, mae honna â record y byd am

	fod yr olaf ymhob trip siopa a thrip ysgol Sul, a thebyg y bydd hi'n cadw'r hers i ddisgwyl yn ei hangladd hefyd!
Gwraig 2	Sobor wir!
Gwraig 3	Gwranda Mrs Sobor wir, wyt ti wedi bod yn siopa neu beidio? Wela'i ddim bagiau mawr wrth dy draed.
Gwraig 1	Da'n ni wrthi ffŵl sbîd yn paratoi ar gyfer y diwrnod mawr, yn gwasgu i mewn ac allan o'r siopau, yn treulio canrifoedd yn ciwio, yn cael coesau fel balŵns a breichiau poenus, a'r cwbl fedri di ddeud yw 'Sobor wir'!
Gwraig 2	Dw'i wedi prynu rhywbeth.
Gwraig 4	Wel? Paid â'n gadel ni mewn syspendyrs. Beth wyt ti wedi ei brynu?
Gwraig 2	Jest y gannwyll fach yma.
Gwraig 1,3,4	Sobor wir!

Cyflwyniad 1 Paratoi ar gyfer pen-blwydd

Bydd arnoch angen nifer o wahanol ganhwyllau ac, efallai, gacen ben-blwydd â'r geiriau 'Pen-blwydd Hapus, Iesu.'

Gellir creu cyswllt â'r sgetsh drwy gyfeirio at y ffaith fod un o'r merched wedi prynu cannwyll.

Dangoswch wahanol ganhwyllau i'r plant, e.e. cannwyll bersawrus i'ch helpu i ymlacio; cannwyll gyffredin rhag ofn i'r trydan ddiffodd; cannwyll Adfent, a ddefnyddir adeg y Nadolig; cannwyll ben-blwydd i'w rhoi ar gacen. Estynnwch hon ddiwethaf. Wrth i chi eu hestyn yn eu tro, gofynnwch i'r plant sut y byddent yn eu defnyddio.

Gofynnwch i'r plant sut y maen nhw'n paratoi ar gyfer eu pen-blwydd - anfon gwahoddiadau, gwneud cacen, trefnu parti. Esboniwch ein bod yn cofio pen-blwydd rhywun adeg y Nadolig. Gofynnwch iddynt pwy sy'n cael ei ben-blwydd adeg y Nadolig. Mi fyddai'n dda cael cacen efo'r geiriau - 'Pen-blwydd hapus Iesu' arni. Gallech roi'r gannwyll ar y gacen, gan ddweud wrth y plant y byddwch yn ei rhannu ar ddiwedd yr oedfa.

Esboniwch wrth y plant ein bod ni am baratoi ar gyfer pen-blwydd Iesu yn y gwasanaeth heddiw fel y byddwn yn paratoi ar gyfer ein pen-blwydd ein hunain.

Cyflwyniad 2 Creu Cristingl

Mi fydd angen Cristingl wedi'i baratoi ymlaen llaw, a defnyddiau i wneud un yn yr oedfa. Dyma fydd eich eglureb. Mae cyfarwyddiadau ar ddiwedd yr amlinelliad o'r gwasanaeth.

Dangoswch y Cristingl sydd wedi ei baratoi i'r plant gan ofyn iddynt beth ydyw. Os yw'r plant wedi paratoi un yn y gwersi, mi fyddant yn gallu'ch ateb ac esbonio'r elfennau. Fel arall, gallwch esbonio'r rhannau gwahanol wrth i chi ei roi at ei gilydd.

Mae'r Cristingl yn ein hatgoffa pam y daeth Iesu i lawr i'r byd. Mae pawb yn brysur adeg y Nadolig, ond mae'n bwysig iawn yng nghanol y cyffro a'r prysurdeb, inni gofio pam y daeth Iesu i'r ddaear. Mae'n bwysig ein bod yn treulio amser yn diolch i Dduw am anfon Iesu atom.

Dysgu adnod

“Daeth y Meseia Iesu i'r byd i achub pechaduriaid...” 1 Timotheus 1:15

Ysgrifennwch eiriau’r adnod ar falŵns. Darllenwch yr adnod ddwywaith neu dair, yna gallwch ddechrau rhoi pin yn y balwnau o un i un, gan geisio darllen yr adnod gyda llai a llai o eiriau, gan barhau nes y bydd pob un wedi diflannu, a phawb yn y gynulleidfa yn medru adrodd yr adnod.

Gweddïau

Defnyddiwch y Cristingl yn eich amser gweddi. Gall rhai o’r plant ddarllen y gweddïau canlynol, gan oedi rhwng pob paragraff i roi amser ar gyfer gweddi dawel. Esboniwch hyn cyn cychwyn.

Dad, wrth inni edrych ar y Cristingl, yr ydym yn cofio mai ti wnaeth y byd, a phopeth sydd ynddo. Yr ydym yn gweddïo heddiw dros bobl y byd. Mae llawer mewn angen. Mae llawer yn dioddef oherwydd gwaeledd neu ryfel. Mae llawer yn byw mewn gwledydd lle mae bywyd yn anodd iawn. Plîs wnei di adael iddynt adnabod dy gariad a dy ofal heddiw.

Dad, yr ydym yn diolch i ti am bopeth da yr ydym yn cael ei fwynhau bob dydd. Helpa ni i fod yn garedig, a rhoi o ganol y digon sydd gennym, i’r rhai sydd heb ddigon. Rydym yn cofio am Gristnogion sy’n gweithio heddiw i helpu pobl sydd mewn angen. Cadw nhw yn ddiogel a bendithia nhw heddiw.

Diolch Arglwydd Iesu am ddod i ganol byd sy’n llawn tywyllwch a phechod. Mae’r rhuban coch yn ein hatgoffa dy fod wedi marw ar y groes er mwyn i ni gael maddeuant, a chael ein glanhau o bob pechod.

Diolch Arglwydd Iesu am ddod â golau i’n bywydau ac i’n calonnau drwy dy Ysbryd Glân. Diolch am y gobaith y cawn ni dy weld ryw ddiwrnod a bod gyda thi am byth. Diolch am y llawenydd sy’n dod o wybod hyn.

Amen

Cymhwyso’r neges i’r oedolion *(os dymunwch)*

Gellir datblygu'r syniad bod angen i ni wneud amser i baratoi ar gyfer Iesu, amser yn ein bywyd prysur, ym mywyd ein heglwys, ond yn bwysicach yn ein calonnau. (*Gall y plant gael taflen waith i’w llenwi yn ystod y cyfnod hwn)*

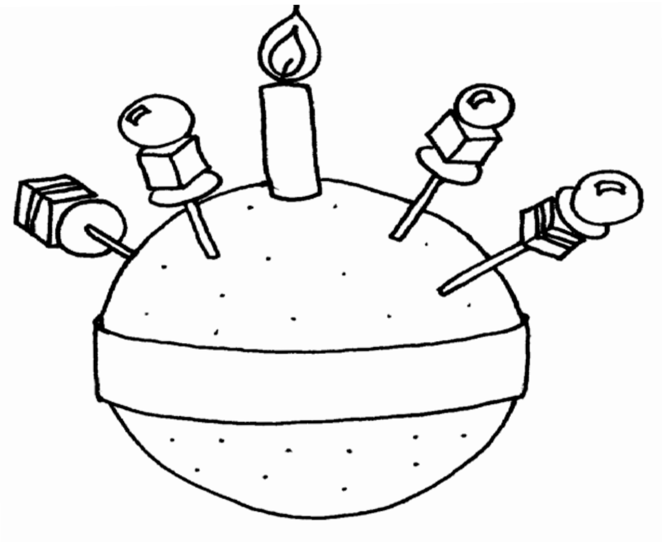
Byddai’n dda i bob teulu gael Cristingl i fynd adre gyda nhw. Os nad yw hyn yn bosibl, beth am roi llun o Gristingl i bawb, gydag esboniad o bob rhan?

Caneuon / Emynau

Caneuon Ffydd	475, 423, 417, 416, 359, 319
Tyrd i Ddathlu	11, 13, 25, 27

Creu Cristingl

Oren gyda phedwar pren coctel yn dod allan ohono yw 'Cristingl'. Ar bob un, mae melysion neu syltanas. O'i amgylch mae rhuban coch a rhoddir cannwyll fach mewn twll ar ben yr oren.



Eglurwch wrth y plant fod llawer o bobl yn gwneud Cristingl cyn y Nadolig i'w hatgoffa pam y cafodd Iesu ei eni. Mae rhai eglwysi'n cael gwasanaeth Cristingl. Cafodd yr un cyntaf ei gynnal yn yr Almaen dros 250 mlynedd yn ôl.
(Gwnewch Gristingl, ac egluro arwyddocâd pob darn.)

Yr oren yw'r ddaear. Creodd Duw y ddaear yn lle rhyfeddol, yn llawn anifeiliaid, planhigion hardd a phethau da i'w fwyta (rhowch y prennau coctel gyda'r melysion i mewn yn yr oren). Hefyd creodd Duw bobl i fyw ar y ddaear a'i mwynhau. Roedd Duw yn falch o'r byd a greodd, ond fe wnaeth Adda ac Efa, y bobl a grëwyd gan Dduw, anufuddhau iddo a daeth pechod i'r byd a'i ddinistrio. Penderfynodd Duw wneud rhywbeth anhygoel er mwyn adfer hyn. Anfonodd ei fab, Iesu, i'r byd fel baban i Mair pan oedd hi'n ymweld â Bethlehem gyda Joseff. (Gallwch ofyn cwestiynau i'r plant i weld pa mor dda maen nhw'n cofio hanes y geni, neu ddangos llyfr lluniau yma.)

Daeth Iesu i wneud gwaith arbennig. Dywedodd Iesu ei fod wedi dod i fod yn oleuni i'r byd. (Siaradwch am oleuni.) Gofynnwch i'r plant pam y mae angen goleuni? Sut mae hi'n teimlo i fod mewn lle tywyll? Fel mae goleuni yn ein galluogi i weld mewn tywyllwch, mae Iesu'n ein galluogi i weld pethau hefyd. Mae Iesu'n dangos ein pechodau i ni, ac yn dangos bod Duw yn casáu ein pechod. Mae hefyd yn dangos gymaint y mae Duw yn ein caru ni a'i fod am faddau ein pechodau. Mae Iesu'n dangos sut mae Duw am i'w bobl fyw, trwy helpu a charu eraill, a dod a 'goleuni' iddynt. (Rhowch y gannwyll ar ben yr oren.)

Rhan arall o waith arbennig Iesu oedd marw ar y groes. (Rhowch y rhuban coch o amgylch yr oren.) Mab Duw oedd Iesu, ac Ef oedd yr unig un a allai farw ar y groes er mwyn maddau ein pechodau ni. Pan groeshoeliwyd Iesu, cymerwyd ein pechodau oddi wrthym, fel y gallwn ni fod yn ffrindiau gyda Duw, fel yr oedd Adda ac Efa cyn iddynt bechu.

Adeg y Nadolig, mae'n bwysig i ni gofio hyn, gan mai dyma'r newyddion gorau allwn ni ei gael. Fel y derbyniodd y bugeiliaid a'r gwŷr doeth y newyddion da, rydyn ni'n derbyn y newyddion da fod Iesu wedi ei eni er mwyn marw drosom ni.

Byddai'n dda petai pob plentyn yn gallu creu Cristingl ac yn mynd ag ef adref.

Gwasanaeth Teuluol

Negeseuon gan y Brenin (Y Damhegion)

Mae cyflwyniad PowerPoint ar gael i gyd-fynd â'r gwasanaeth a gallwch lawrlwytho cyfres o ffilmiau byrion o YouTube os yw'r dechnoleg gennych. Mae sgript sgetsh wedi ei chynnwys – bydd angen paratoi ymlaen llaw os dymunwch ei defnyddio. Efallai yr hoffech ofyn i rai o'r gynulleidfa gymryd rhan – bydd angen meddwl ymlaen llaw am yr agwedd hon hefyd.

Croeso, gweddi, emyn

I gyflwyno'r thema: Cwis o'r cyflwyniad PowerPoint a/neu'r cyflwyniad isod. Dangoswch logos gwahanol sefydliadau/cwmnïau a gofyn i'r gynulleidfa beth ydynt. Rhowch logo'r Post Brenhinol yn olaf.
Atebion: Undeb Rygbi Cymru, Cornflakes?? Kellogs??, Apple, McDonald's, Ailgylchu, Post Brenhinol

Dangoswch amrywiaeth o bost i bawb gan gynnwys cerdyn pen-blwydd, gwahoddiad i barti, llythyr gan ffrind, biliau a phost sothach. Dywedwch air neu ddau am bob un – byddwn yn manylu ar bob un yn ei dro yn ystod y gwasanaeth – a gwnewch y pwynt fod pob un yn dwyn neges gan rywun.
Gofynnwch a ydy'r gynulleidfa'n sylweddoli bod Duw wedi anfon negeseuon i ni hefyd. Dyma ein thema heddiw. Bydd y post yma yn ein helpu i feddwl am gynnwys negeseuon Duw i ni.

Mae pedwar rhan i'r cyflwyniad, pob un yn seiliedig ar un darn o bost.

1. **Cerdyn pen-blwydd (mewn amlen).**

Trafodwch gyda'r plant pa mor gyffrous yw hi i dderbyn cardiau pen-blwydd trwy'r post a'u hagor. Y pwynt i'w bwysleisio yw ein bod yn cael cardiau oddi wrth ffrindiau ac yn anfon cardiau yn yr un modd at bobl sy'n bwysig yn ein golwg, pobl rydym yn eu caru. Neges y cerdyn hwn yw "Rwy'n dy garu, rwyt ti'n arbennig i mi".

Dangoswch y clip ffilm The Lost Sheep (does dim geiriau iddo)
https://www.youtube.com/watch?v=tyWZeOlaRo4

neu, darllenwch yr hanes o Feibl Plant addas.

Eglurhad
Dywedodd Iesu y stori hon – math o stori sy'n cael ei galw'n 'ddameg' – er mwyn esbonio bod Duw yn ein caru a'n bod ni'n arbennig Iddo – yn union fel roedd y ddafad yn bwysig iawn i'r bugail yn yr hanes. Felly, dyma'r neges gyntaf gan Dduw rydym am ei chofio heddiw.

Gofynnwch i'r plant a fyddant yn derbyn rhywbeth heblaw am gardiau ar eu pen-blwydd. Trafodwch y traddodiad o roi anrhegion. Mae rhai anrhegion yn rhai defnyddiol. *Byddai'n dda dangos anrheg 'ddefnyddiol'.*
Mae Duw wedi rhoi anrheg i ni hefyd i ddangos faint mae'n ein caru. Beth oedd yr anrheg yma? *Mae'n bosibl bydd y plant yn cynnig llawer o atebion gwahanol sy'n gywir ond pwysleisiwch mai Iesu yw rhodd fwyaf gwerthfawr Duw a'i fod yn dangos gymaint y mae ef yn ein caru ni.*

2. Gwahoddiad (un go iawn neu un rydych wedi paratoi eich hun ymlaen llaw)
Eto, trafodwch pa mor gyffrous yw derbyn gwahoddiad, edrych ymlaen at yr achlysur, paratoi ayyb. Soniwch am achlysur y buoch chi ynddo a dangoswch luniau. Dywedwch mor falch yr oeddech o dderbyn y gwahoddiad a chael mynd i achlysur mor arbennig. Trafodwch mor wirion fyddai anwybyddu neu wrthod y gwahoddiad!

Dangoswch y clip ffilm https://www.youtube.com/watch?v=NBhjcorQfKM

Neu, darllenwch ddameg y Perl a'r Trysor (Mathew 13:44-46)

Eglurhad
Gofynnwch ychydig o gwestiynau am yr hanesion i'r plant er mwyn cadarnhau neges y ddameg/damhegion, sef mai bod yn aelod o deyrnas Duw yw'r peth pwysicaf oll mewn bywyd.
Mae Duw yn ein gwahodd i fod yn rhan o'i deyrnas, yn rhan o'i deulu. Dyma'r gwahoddiad gorau gawn – gwell nag unrhyw wahoddiad arall – ond mae'r rhan fwyaf o bobl yn gwrthod gwahoddiad Duw. Maen nhw'n debyg i'r bobl yn y sgetsh sy'n dilyn.

Sgetsh "Y Gwahoddiad"
Ar ôl gwylio'r sgetsh gofynnwch i'r gynulleidfa a ydyn nhw'n credu bod gwrthod gwahoddiad Duw yn syniad da.

Emyn/Cân

Mae'r darn nesaf o bost yn un pwysig iawn hefyd i'n helpu i ddeall gwahoddiad Duw.

3. Llythyr (eto, un gwir neu un ffug)
Dywedwch eich bod wedi cael llythyr gan ffrind rhyw dro yn dweud ei bod yn bwriadu dod i aros gyda chi. Disgrifiwch yr holl baratoadau wnaethoch ar gyfer yr ymweliad, gan nodi dyddiad yr ymweliad ar y calendr ac yn eich dyddiadur i wneud yn siŵr y byddai popeth yn barod ac y byddech adref i groesawu'ch ffrind.

Dangoswch y clip ffim https://www.youtube.com/watch?v=5CFZhSh8PYI

neu darllenwch Hanes y 10 Morwyn (Mathew 25:1-13)

Eglurhad
Beth oedd neges Iesu yn y ddameg hon? Roedd Iesu'n awyddus i'w ffrindiau, ac i ninnau, wybod y bydd yn dod yn ôl i'r byd rhyw ddiwrnod a bod angen i bawb ohonom fod yn barod i'w groesawu. Ydy Iesu wedi dod yn ôl i'r ddaear eto? Felly, mae'n bwysig ein bod ni'n barod i'w groesawu. Sut allwn ni fod yn barod?

Dyma eiriau Iesu wrth ddyn o'r enw Nicodemus a oedd wedi gofyn yr un cwestiwn: "Mae Duw wedi caru'r byd cymaint nes iddo roi ei unig Fab, er mwyn i bwy bynnag sy'n credu ynddo beidio â mynd i ddistryw ond cael bywyd tragwyddol." *Mae'r adnod i'w gweld ar y PowerPoint.*

Dywedodd Iesu wrth Nicodemus fod pwy bynnag sy'n credu ynddo yn dod yn aelod o deulu Duw, yn cael bywyd sy'n para am byth, ac y bydd yn barod i groesawu Iesu pan ddaw yn ôl.
Esboniodd Iesu wrth Nicodemus ei bod yn rhaid i bobl dderbyn yr Ysbryd Glân i'w calon a bod yr Ysbryd Glân yn dod â bywyd newydd i ni.

Ydyn ni'n barod i gyfarfod ag Iesu? Ydyn ni wedi gwahodd yr Ysbryd Glân i'n calonnau a gofyn Iddo am fywyd newydd – bywyd fydd yn para am byth? Ydyn ni wedi credu yn Iesu?

4. Post sothach (Junk mail) – *dylid cynnwys o leiaf un eitem gan elusen*
Edrychwch drwy'r post sothach gan dynnu sylw'r gynulleidfa at yr amrywiaeth eang o eitemau. Gorffennwch gyda'r eitem gan elusen. Tybed faint ohonom sydd hyd yn oed yn agor llythyr o'r fath? Edrychwch ar gynnwys y llythyr. Os oes modd, dewiswch lythyr sy'n cynnwys stori wir ac yn dweud sut y gallwch chi helpu'r bobl/sefyllfa. Tynnwch sylw at y ffaith bod y llythyr hwn yn gais am gymorth a bod gennych chi'r **adnoddau** i helpu.

Dangoswch y clip ffilm https://www.youtube.com/watch?v=bbPKhYBaWRg

neu, darllenwch Ddameg y Talentau, Mathew 25:14-30

Eglurhad
Gwnewch yn siwr bod pawb wedi deall neges y ddameg. Mae Duw yn rhoi sgiliau ac adnoddau i'w bobl fel y gallant helpu eraill. Gofynnwch i'r plant beth yw eu doniau/sgiliau/diddordebau. Meddyliwch am esiamplau o'r gynulleidfa sut mae pobl yn defnyddio eu talentau e.e. Mae Mr Williams yn gallu chwarae'r organ ac mae'n defnyddio'r ddawn i'n helpu i foli Duw heddiw.
Ewch yn ôl at y llythyr oddi wrth elusen ac atgoffwch bawb o'u hymateb iddo.
Gwnewch y pwynt bod gan bob un ohonom ddoniau a sgiliau ac adnoddau fel arian ac amser y gallwn eu defnyddio i helpu eraill. Dyma ddisgwyliad Duw – bod pawb ohonom yn gwneud ein gorau i ddefnyddio ein doniau er lles eraill tra byddwn yn disgwyl i'r Arglwydd Iesu dod yn ôl i'r byd.

Gweddïau
Eglurwch y byddwn yn meddwl wrth inni weddïo am yr holl negeseuon y mae Duw wedi eu rhoi i ni trwy Iesu Grist Ei Fab:

Defnyddiwch bob darn o ohebiaeth i arwain eich gweddïau e.e.

Y Cerdyn Pen-blwydd:
Diolch Arglwydd am ein hatgoffa heddiw pa mor bwysig ydym i Ti. Diolch am anfon Dy Fab, Iesu Grist i'r byd yn rhodd. Diolch Iesu am farw ar y groes yn ein lle, i gymryd ymaith ein pechodau ac i gynnig maddeuant i ni.

Y Gwahoddiad:
Diolch o Dduw am y gwahoddiad yr wyt Ti'n ei gynnig i ni heddiw i fod yn rhan o dy Deyrnas, yn aelod o dy deulu. Maddau i ni os nad ydym wedi cymryd sylw o dy wahoddiad o'r blaen. Helpa ni heddiw i feddwl o ddifri am dy wahoddiad ac i beidio â gwneud esgusodion.

Y Llythyr:
Diolch Iesu dy fod yn bwriadu dod yn ôl i'r ddaear. Helpa ni i wneud yn siŵr ein bod yn barod i'th gyfarfod. Dangos i ni sut y gallwn fod yn barod.

Y Post Sothach:
Diolch Dduw am y doniau a'r sgiliau yr wyt yn rhoi i dy bobl. Helpa ni i sylweddoli beth y gallwn ni ei wneud i wasanaethu eraill. Helpa ni i beidio â bod yn ddiog nac yn swil nac yn hunanol ond i fod yn llawen ac yn frwdfrydig dros les pobl eraill.

Diolch O Dduw am dy Air a dy negeseuon i ni yn dy Air. Gofynnwn am gymorth yr Ysbryd Glân i ddeall dy Air ac i fod yn ufudd iddo.

Amen

Cymhwyso i'r oedolion – os dymunwch. *Gall y plant lenwi taflen waith addas yn ystod y cyfnod hwn.*

Emyn/cân i ddiweddu'r oedfa

Sgetsh: Y Gwahoddiad

Cymeriadau: Bil, ffrind 1, ffrind 2, ffrind 3, person dieithr.
Props: ffôn symudol yr un.

Mae Bil yn ffonio'i ffrindiau i'w hatgoffa am ei barti pen-blwydd. Does neb eisiau dod, ac maen nhw'n gwneud esgusodion.
(Caiff y cymeriadau ychwanegu neu dynnu geiriau os ydynt yn gyffyrddus gyda hynny.)

Mae Bil yn siarad â'i hunan am drefniadau'r parti ac wedyn yn ffonio'r person cyntaf.

Ffrind 1: Helo?
Bil: Helo......... Ti'n iawn?
Ffrind 1: O, helo Bil, sut wyt ti?
Bil: Dwi'n iawn diolch. Jest yn ffonio i dy atgoffa am fory – wyt ti'n cofio pa ddiwrnod yw hi fory?
Ffrind 1: Wel ydw, wrth gwrs, mae'n ddydd Sadwrn fory.
Bil: Ie, ond mae'n ben-blwydd arna i. Wyt ti'n dal i ddod i fy mharti?
Ffrind 1: *saib hir*.... O!...... wel......ym...... i ddweud y gwir dwi'n gorfod......... mynd i weld fy nain.
Bil: O na! Oes rhywbeth wedi digwydd?
Ffrind 1: O!....... wel....... ym .... mae hi wedi cael damwain.........*yn codi ei law i grafu ei ben*..... ac wedi brifo ei bys ...... wrth lanhau cawell y bydji...... dwi'n gorfod mynd draw i wneud y gwaith tŷ iddi.
Bil: Diflas.
Ffrind 1: Diflas iawn.....ta beth, mwynha dy barti. Wela i di'n fuan.

Mae Bil yn deialu rhif arall. Ffrind 2 yn ateb.

Bil: Helo, Bil sy 'ma. Ffonio dwi i dy atgoffa am fy mharti fory.
Ffrind 2: O, Bil, mae'n ddrwg gen i. Fyddai ddim yn gallu dod – dwi ddim yn teimlo'n sbesial ers diwrnodau.
Bil: Nid ti hefyd! Be' sy?
Ffrind 2: Dwi'n llawn annwyd (*yn tisian ac yn peswch).*
Bil: Ti'n swnio'n ofnadwy. Ga i ddod â rhywbeth i ti?
Ffrind 2: Na, na. Gorffwys sydd angen arna i. *Yn tisian eto.* Hwyl i ti fory.

Mae Bil yn deialu rhif arall. Ffrind 3 yn ateb.

Bil: Helo....
Ffrind 3: O, helo Bil. Roeddwn i jest yn meddwl amdanat.
Bil: O, wir?, pam?
Ffrind 3: Roeddwn i'n bwriadu dy ffonio i ddweud na fedra i ddod i dy barti fory.
Bil: O, na, nid ti hefyd! Fydd o ddim yn llawer o barti hebddot ti a .... a .... Dwi wedi bod wrthi drwy'r wythnos yn paratoi. Dwi wedi gwneud treiffl a sosej rolls bach a phrynu pob math o ddanteithion!

Ffrind 3: Sori mêt, ond dwi wedi cael ci bach. Dwi ddim yn gallu ei adael – mae'n neud pi-pi ymhob man os dwi'n ei adael am amser hir.

Bil: Ych a fi! Dydy hynny ddim yn beth neis iawn!

Ffrind 3: Nac ydy wir. Dwi'n gorfod bod ar ddyletswydd bedair awr ar hugain - sori mêt. Gobeithio cei di ddiwrnod wrth dy fodd.

Mae Bil yn deialu rhif arall.

Bil: Helo

Person dieithr: Helo?

Bil: Mae'n ben-blwydd arna i 'fory

P.D. Neis iawn. Penblwydd hapus. Ydw i'n dy adnabod di?

Bil: Na, dwi ddim yn credu..... ond dwi'n cael parti 'fory.... mae pawb yn cael gwahoddiad...... bydd digon o fwyd a hwyl i gael..... hoffet ti ddod?

P.D. Wel......

Bil: Na? Dim ots......

P.D. Beth roeddwn yn mynd i'w ddweud oedd, dydw i ddim yn brysur nos yfory, felly pam lai?

Bil: Grêt....diolch.....

P.D.: Jest un peth....

Bil: Ie?

P.D.: Ga'i ddod a chwpl o ffrindiau efo fi?

Bil: O ie, ffantastig, mae'r gwahoddiad i bawb. Dewch i'r........... erbyn saith. Ta ra.

Bil yn rhoi'r ffôn lawr ac yn dweud "Yes!!!"

Gwasanaeth ar Thema Cenhadu

Chi fydd fy nhystion.........

Bwriad y gwasanaeth hwn yw ein helpu i gofio'r alwad arbennig sydd gan Iesu i bawb ohonom i rannu newyddion da yr Efengyl gydag eraill. Byddwn yn treulio amser yn meddwl am dystiolaeth pobl Dduw o fewn ein Cyfundeb a'r tu hwnt ac yn gweddïo dros y dystiolaeth honno.

Byddai'n dda pe bai'r sawl sy'n arwain y gwasanaeth yn gallu cynnwys straeon ac esiamplau personol ble bo hynny'n berthnasol.

Mae cyflwyniad PowerPoint ar gael i gyd-fynd â'r gwasanaeth ar wefan CAMU. Hefyd, cyflwyniad PowerPoint yn adrodd hanes taith genhadol 4 person ifanc o EBC i Uganda yn 2014.

1. Cyflwyniad

Dangoswch fap o'r byd gan ofyn i bobl enwi'r gwledydd y maent wedi ymweld â nhw. Yna gofynnwch a oeddent wedi sylwi ar unrhyw arwyddion o Gristnogaeth yn y gwledydd dan sylw – eglwysi ayb – neu hyd yn oed a fuont mewn gwasanaeth yno. Cristnogaeth yw'r grefydd fwyaf yn y byd heddiw, a'r Beibl ydi'r llyfr sydd wedi gwerthu'r nifer fwyaf o gopïau erioed.

Rydyn ni'n gwybod bod y ffydd Gristnogol wedi cychwyn 2000 o flynyddoedd yn ôl yn Israel gyda grŵp o 12 o ddynion. Onid yw hi'n rhyfeddol meddwl bod yr efengyl wedi cyrraedd....(rhowch enw ein tref/pentref yma), a'n bod ni yma heddiw'n credu'r un neges â'r disgyblion cyntaf ac yn caru yr un Arglwydd Iesu.

Rydyn ni'n gwybod hefyd nad yw'r rhan fwyaf o bobl Cymru yn mynd i eglwys na chapel heddiw ac nad oes ganddynt unrhyw ddiddordeb mewn Cristnogaeth.

Yn y gwasanaeth hwn, byddwn yn cofio am bobl yng Nghymru sy'n ceisio rhannu Newyddion Da yr Efengyl heddiw a byddwn yn gweddïo drostynt. Byddwn hefyd yn dysgu sut y mae pobl Dduw yn ceisio rhannu'r Efengyl mewn rhannau eraill o'r byd a byddwn yn gweddïo drostynt hwythau hefyd.

Mae Salm 100 yn ein hatgoffa bod gan bobl Dduw ledled y byd gymaint o resymau dros ei foli, nid yn lleiaf gan fod ei gariad yn dragwyddol a'i fod yn ffyddlon i bob cenhedlaeth.

Y Gynulleidfa i ddarllen Salm 100 gyda'i gilydd
Emyn o fawl a moliant
Gweddi

2. Rhannu'r Efengyl yng Nghymru

Heddiw, mae gan yr Eglwys Bresbyteraidd 40 o weinidogion llawn amser, 10 o weinidogion rhan amser, 30 o weithwyr, 5 o bobl ifanc ar y Rhaglen Genhadaeth ac (?) o ymgeiswyr ar gyfer y Weinidogaeth.

Mae enwau'r rhai sy'n gweithio i'r Adran Weinidogaethau a'r rhai sydd ar y Rhaglen Genhadaeth wedi'u rhestru mewn categorïau gwahanol yn y Blwyddlyfr.

Gweddi

Byddai'n syniad da rhannu'n grwpiau bychain er mwyn gweddïo dros y gweithwyr, gan roi categori i bob grŵp weddïo drostynt. Os nad yw hyn yn bosib, gallech ddarllen yr enwau, un categori ar y tro, gan oedi rhwng y categorïau er mwyn rhoi amser am weddi dawel.
Os nad ydych wedi defnyddio'r ffilmiau sydd wedi'u cynhyrchu gan Mari Fflur ar gyfer Adran y Merched pam na wnewch chi wylio un ohonynt a gweddïo? Mae'n i'w gweld ar Vimeo:
https://vimeo.com/93150421 https://vimeo.com/90866182

3. I bedwar ban byd – rhannu'r Efengyl dramor

Er mai dim ond un cenhadwr sydd gan EBC yn gweithio dramor, mae llawer o eglwysi'n cefnogi cenhadaeth mewn gwledydd eraill trwy wahanol elusennau Cristnogol.
Os oes gan eich cynulleidfa gysylltiadau gydag unigolion dramor, beth am rannu'r newyddion diweddaraf yn y rhan hon o'r gwasanaeth gan ofyn i un neu ddau o bobl i weddïo drostynt?

Carys Humphreys: Taiwan

Mae Carys wedi bod yn gweithio gydag Eglwys Bresbyteraidd Taiwan ers dros 25 o flynyddoedd.
Mewn llythyr yn ddiweddar, mae Carys yn gofyn i ni weddïo dros y gwaith mae'n ei wneud gyda merched bregus. Mae wedi bod yn agor drws ei chartref i gynnig llety i ferched sydd angen cymorth a gorffwys – efallai oherwydd bod partner yn eu cam-drin neu broblemau teuluol – ac eraill sy'n dioddef o iselder. Mae'n gofyn i ni weddïo am ddoethineb a sensitifrwydd wrth iddi geisio cefnogi'r merched a'u helpu i wella a dod i ben â bywyd bob dydd unwaith eto.

Eglwys Bresbyteraidd Yr India

Mae ein cysylltiadau gydag Eglwys Bresbyteraidd yr India yn dyddio nôl i gychwyn yr eglwys yno gan fod gweinidogion o Gymru ymhlith y cyntaf i fynd â'r Efengyl i daleithiau gogledd-ddwyrain yr India bron i 200 mlynedd yn ôl. Heddiw, rydym wedi'n bendithio â chenhadon o Mizoram yn gweinidogaethu ochr yn ochr â ni yma yng Nghymru – John a Mingtei yng Nglyn Ebwy, Sangkhuma a Rini yng Nghaerdydd, Rebecca a Miara ym Mhenrhys.

Am y deng mlynedd nesaf, bydd Adran y Merched yn cyfrannu at waith Ysbyty Shillong (Ysbyty Gordon Roberts) a dyma yw Apêl y Llywydd 2015. Bydd llawer ohonoch yn cofio'r apêl ar gyfer Cartref y Plant yn Durtlang ac ar gyfer Grace Home (yr ysbyty HIV/AIDS), hefyd yn Aizawl.

Mae’r ymweliadau gan weinidogion, corau a grwpiau merched yn ein hatgoffa bod gennym frodyr a chwiorydd yng ngogledd-ddwyrain India sy’n gwerthfawrogi ein gweddïau a’n cymorth wrth iddynt geisio cyrraedd eu cymunedau â’r Newyddion Da.

Uganda
Ym mis Gorffennaf 2014, aeth 4 o bobl ifanc o EBC i Kampala yn Uganda. Treuliwyd pythefnos gyda phrosiect COBAP – prosiect rhyng-eglwysig sy’n gweithio gyda rhai sy’n dioddef o HIV/AIDS a’u teuluoedd mewn ardal dlawd iawn yn y brifddinas.
Mae cyflwyniad PowerPoint ar wefan CAMU.

Gweddi dros Carys, yr Eglwys yng ngogledd-ddwyrain India a COBAP Uganda
Eto, os gallwch ffurfio grwpiau bychain i weddïo – bydd hyn yn annog pobl i weddïo. Fel arall, gofynnwch i rai unigolion ymlaen llaw i fod yn barod i weddïo dros y bobl a’r pwyntiau sydd newydd eu codi.

Emyn:

Darlleniadau: Iesu’n galw’r pysgotwyr i’w ddilyn (Matthew 4:18-22/Luc 5:1-11)
Y Comisiwn Mawr (Matthew 28:16-20)

Sgwrs
Rhannwch stori am rywun wnaeth eich helpu chi i ddeall yr Efengyl (neu gofynnwch i rywun yn y gynulleidfa) neu adroddwch y stori hon am ffermwr ifanc yng Ngogledd Carolina yn 1934:
"Ffermwr 24 oed oedd Albert McMakin ac roedd newydd ddod i ffydd yng Nghrist. Roedd mor frwd dros yr achos nes iddo lenwi tryc â phobl a’u cludo i gyfarfod i glywed am Iesu. Roedd Albert yn arbennig o awyddus i fynd â rhyw fab fferm golygus i’r cyfarfod ond roedd y dyn ifanc hwnnw’n anodd iawn i’w berswadio – roedd yn treulio llawer o’i amser yn disgyn mewn cariad gyda gwahanol ferched yn eu tro, a doedd Cristnogaeth ddim yn apelio ryw lawer ato. Yn y diwedd, perswadiodd Albert y dyn ifanc i ddod i’r cyfarfod trwy ofyn iddo yrru’r tryc. Pan gyrhaeddon nhw, penderfynodd y dyn ifanc fynd i mewn ac fe gafodd ei wefreiddio a chael meddyliau na ddaeth i’w ran erioed o’r blaen. Aeth yn ei ôl noson ar ôl noson tan iddo benderfynu rhoi ei fywyd i Iesu Grist. Enw’r gŵr hwn a gyrrwr y tryc oedd Billy Graham. 1934 oedd y flwyddyn. Ers hynny, mae Billy Graham wedi arwain miloedd i ffydd yn Iesu Grist. Does dim modd i bawb ohonom fod fel Billy Graham, ond gall pawb ohonom wneud fel y gwnaeth Albert McMakin – gallwn oll ddod â’n ffrindiau at Iesu Grist.”

O ‘Questions of Life’ Nicky Gumble, t195-196

Rydym wedi gweddïo dros lawer o bobl heddiw sydd wedi ymateb i eiriau Iesu yn Mathew 28. Er enghraifft, ein gweinidogion, ein gweithwyr a’n cenhadon sydd wedi clywed galwad Iesu ar iddynt rannu stori ei gariad, ei fywyd, ei farwolaeth a’i atgyfodiad gydag eraill. Mae ar bobl angen clywed mai dim ond Iesu all ddelio â’u pechod a’i oblygiadau, a bod Duw wedi creu ffordd o faddeuant a chymod trwy farwolaeth ei unig Fab.

Nid gwaith y bobl broffesiynol yn unig ydi hyn – pobl gaiff eu talu i wneud y gwaith! Mae Iesu'n galw ar bob un ohonom i fod yn barod i sôn wrth eraill amdano.

Clip Ffilm

Os yw'r adnoddau gennych, ystyriwch ddangos y ffilm vimeo fer hon sy'n dangos mor bwysig ydyw i bawb ohonom dderbyn geiriau Iesu yn y Comisiwn Mawr fel comisiwn bersonol. https://vimeo.com/9983101

Yn ei lythyr cyntaf, mae Pedr yn annog ei ddarllenwyr gyda'r geiriau hyn:
"Ond sancteiddiwch Grist yn Arglwydd yn eich calonnau. Byddwch yn barod bob amser i roi ateb i bob un fydd yn ceisio gennych gyfrif am y gobaith sydd ynoch. Ond gwnewch hynny gydag addfwynder a pharchedig ofn.." 1 Pedr 3:15.

Gall fod yn anodd rhannu ein ffydd yng Nghrist a neges yr Efengyl yn agored gydag eraill. Ond mae yna bethau y gallwn eu gwneud i wneud pethau'n haws, yn enwedig gweddïo! Gofynnodd Paul i Gristnogion Colossae weddïo drosto wrth iddo deithio o amgylch yn pregethu, gofynnodd iddynt weddïo y byddai Duw yn agor drysau iddo i siarad ac yn ei helpu i ddweud y pethau iawn pan gâi'r cyfle.

"Gweddïwch yr un pryd drosom ninnau hefyd, ar i Dduw agor inni ddrws i'r gair, inni gael traethu dirgelwch Crist, y dirgelwch rwyf yn garcharor er ei fwyn. Gweddïwch am imi ei amlygu, fel y mae'n ddyletswydd arnaf i lefaru." Colossiaid 4:3,4

Gweddi dros ein cymuned leol, dros ein gilydd ac am dystiolaeth yr eglwys leol

Felly, rydym am ddiweddu trwy weddïo dros ein gilydd a thros ein heglwys:

- y bydd Duw yn ein helpu i fod yn barod i rannu beth yr ydym yn ei gredu ac
- y bydd yn rhoi cyfleoedd i ni wneud hynny yn yr wythnos sydd i ddod;
- y bydd yn dangos sut y gall ein heglwys estyn allan at y gymuned gyda'r Newyddion Da;
- y bydd pobl yn ein cymunedau yn cael ei paratoi gan yr Ysbryd Glân i dderbyn yr Efengyl.

Emyn

Os nad ydych yn cael paned ar ôl Gwasanaeth arferol, beth am drefnu te/coffi ar gyfer heddiw? Gallwch ofyn i bobl gyfrannu at y te/coffi a rhoi'r arian hwn at elusen genhadol.