

Canolfan Glyd y Tabernacl

Does dim amheuaeth nad yw capel y Tabernacl, yr Ais, wedi'i fendithio â lleoliad arwyddocaol yng nghanol y brifddinas. Gyda'r lleoliad daw heriau, gan gynnwys y cwestiwn: 'Sut allwn ni ddefnyddio'r ddefnyddio'r lleoliad arbennig hwn i estyn allan gyda chariad Duw i'r rhai sydd ar stepen ein drws?'

Dyna un o'r cwestiynau allweddol y bu'r eglwys yn ymaflyd ag ef dros y blynyddoedd diwethaf, yn enwedig gydag ymdeimlad mai eglwys Gymraeg ei hiaith ydyw, ond hefyd â gwir ddymuniad i estyn allan at bwy bynnag sydd ar stepen eu drws.

Dechreuodd hadau'r ateb i'r cwestiwn hwnnw gael eu plannu ychydig flynyddoedd yn ôl. Pan ddaeth y Parch. Ddr Rosa Hunt yn gyntaf i Gaerdydd i weithio gyda Choleg y Bedyddwyr, byddai hi'n dechrau ei thaith drwy'r ddinas yn gynnar yn y bore, ac yn gweld nifer o bobl ddigartref ar hyd strydoedd canol y dref. Gweddiodd weddi syml, ond tyngedfennol: 'Os gwnei di roi cyfle i fi wneud rhywbeth, Arglwydd, mi fydda i'n ei wneud.'

Ychydig flynyddoedd yn ddiweddarach, gofynnodd eglwys y Tabernacl i Rosa a fyddai hi'n ystyried dod atyn nhw'n weinidog. Cadarnhawyd yr alwad, ac fe ddaeth hi i'r Tabernacl ym mis Medi 2022. Roedd y cyfnod hwnnw yn un allweddol yn y byd ehangach, wrth i'r wlad ddod allan o'r pandemig, a chostau nwy a thrydan wedi saethu i fyny. Yn ystod y cyfnod hwnnw, fe wnaeth llywodraethau ofyn i eglwysi ystyried agor canolfannau 'clyd' – manau cynnes lle byddai pobl yn gallu dod a threulio amser mewn lle diogel, cynnes.

Yn fuan, daeth hi'n amlwg fod cyfle unigryw ac arbennig gan y Tabernacl i allu cynnig gwasanaeth fel hwn yng



Bwyty Giovanni's gyda'r Tabernacl yn y cefndir

nghanol y ddinas – gan adeiladu ar waith arbennig yr eglwys Gymraeg yng Nghaerdydd a fu'n gweinidogaethau i'r digartref cyn hynny. O ganlyniad, dechreuodd gweddi Rosa – a chwestiwn yr eglwys – gael eu hateb!

Dechreuodd Canolfan Glyd y Tabernacl gyda rhyw 6–8 o oedolion oedd yn dod i'r festri am gwmni a chinio cynnes ddwywaith y mis. Yn fuan iawn, tyfodd y gwaith, ac aeth hi'n her i drefnu bod bwyd ar gael iddynt bob wythnos. Roedd yn rhaid gofyn: 'Sut allen ni gynnal y twf hwn?' Ar ôl cnocio ar nifer o ddrysau, daeth yr ateb o gyfeiriad annisgwyl iawn.

Roedd aelodau'r Tabernacl wedi sylwi bod byrddau'r bwyty Eidalaid drws nesaf wedi dechrau cael eu gosod o flaen gatiâu'r capel ar y brif stryd. Aeth Rosa i gael gair – ac fe drodd sgwrs a allai fod wedi bod yn heriol braidd yn un hyfryd! Cynigiodd Rosa weddi, a rhannodd y

perchennog ei fod yn dymuno coginio prydau o fwyd i'r bobl ddigartref oedd yn dod i'r Ganolfan Glyd.

A dyna ddiwyddodd! Bwyty Giovanni's sydd wedi bod yn darparu bwyd o'r safon uchaf i bobl ddigartref Caerdydd yn y Ganolfan Glyd ers tair blynedd – a hynny am ddim! Mae'r Ganolfan bellach yn llawn bwrlwm bob dydd Mercher a dydd Sul, a chriw mawr o wirfoddolwyr yn cydweithio ar draws eglwysi Cymraeg Caerdydd er sicrhau bod popeth yn rhedeg yn llyfn. Pan ofynnir i Rosa a ydy'r Ganolfan Glyd hefyd yn agor cyfleoedd i siarad am ffydd, yr ateb yw: 'Wrth gwrs!'. Mae nifer yn gofyn am weddi, ac yn teimlo'u bod yn gallu siarad yn agored am ffydd gyda'r rhai sy'n gwasanaethu yno, er bod nifer ohonynt wedi mynd trwy brofiadau anodd. Yn wir, nid canolfan 'glyd' o ran adeilad yw – ond lle cynnes sydd yn tywynnu cariad Iesu yng nghanol y brifddinas.

'Tawel nos'

Pythefnos yn ôl, buom yn edrych ar garol Gymraeg o'r ail ganrif ar bymtheg, sef 'Awn i Fethlem, bawb dan ganu'. Wythnos yn ôl, buom yn edrych ar garol Saesneg o'r ddeunawfed ganrif, sef 'Hark! the herald angels sing', neu, yn Gymraeg, 'Clywch lu'r nef yn seinio'n un'.

Y tro hwn, symudwn ymlaen i'r bedwaredd ganrif ar bymtheg ac i gyfandir Ewrop, oherwydd yno, ar noswyl Nadolig 1818, mewn pentref bach o'r enw Oberndorf, ger Salzburg, y clywyd canu am y tro cyntaf garol sydd erbyn hyn yn un o rai enwoca'r byd. Y garol honno yw 'Stille nacht' - 'Tawel nos', carol a droswyd droeon i'r Gymraeg, gan Nantlais, T. H. Parry-Williams a Saunders Lewis ymhlith eraill.

Mae cysylltiad diddorol rhwng Cymru a phentref Oberndorf. Os ewch i Stryd y Popty yn Aberystwyth, fe welwch blac ar dŷ sy'n nodi mai yno yr oedd Leopold Kohr yn byw rhwng 1968 ac 1977. Bu ef am gyfnod yn ddarlithydd yn y Brifysgol yn Aberystwyth. Roedd yn un o arloeswyr y 'mudiad gwyrdd' cyfoes. Credai'n angerddol fod y 'bach yn brydferth', ac nid yw'n syndod, felly, iddo

gefnogi'n frwd y mudiad cenedlaethol Cymreig. Yn Oberndorf y ganed Leopold Kohr, yn 1909, ac ymhyfrydai yn y ffaith mai pentref bach di-nod oedd man geni un o garolau enwoca'r byd.

Un o'r pethau trawiadol am y garol yw'r awyrgylch tawel, heddychlon sy'n rhedeg trwyddi. Mae hynny'n fwy trawiadol fyth o gofio fod adeg ei chyfansoddi yn un helbulus iawn yn hanes ardal Salzburg, ac yn hanes Ewrop gyfan yn wir - yn gyfnod o ryfela a chyni a chynnwrf.

Adeg y Nadolig, dathlwn eni'r Hwn a alwodd y proffwyd Eseia yn 'Dywysog tangnefedd'. Dyma'r Un, meddai'r angylion wrth y bugeiliaid, a aned fel y gall pobl gael heddwch â Duw. Dyma'r Un, adeg ei Atgyfodiad, a ddaeth at ei ddisgyblion, a hwythau mewn ofn a dychryn, a'u cyfarch â'r geiriau, 'Tangnefedd i chwi'. Ac mae'r garol 'Stille nacht', ac amgylchiadau ei llunio, yn pwysleisio y gall Iesu ddod â thangnefedd inni yn y sefyllfaoedd mwyaf anodd a dyrys.

E. Wyn James
Caerdydd

(*'Munud i Feddwl'*, BBC Radio Cymru, dydd Llundun, 16 Rhagfyr 2024)

Nadolig 2025

A ni'n frau, llawn amheuan - o weled holl ryfeloedd creulon ein hoes, boed i'r Wyl hon roi heddwch gyda'n rhoddion.

Huw Alun Roberts



Mab y Saer

Mor dyner ydyw'r hanes am Iesu yn ein plith, yn gwasgar peraroglaun a cherdded yn y gwllith; mae eto'n gwneuthur gwyrthiau ac ateb gweddi daer; does hafal i bechadur fel haeddiant Mab y Saer.

* * *

Cofia dy Greawdwr, yr hwn a'th luniodd di; cofia dy Bryniawdwr a'i waith ar Galfarî - Iesu, ddaeth yn isel at breseb Bethlem dref; byd a bydoedd anwel sy'n plygu iddo ef.

R. Tegid Jones
Rhosllannerchrugog

Ffilm Nadolig Caersalem, Caernarfon

🎄🌟 Beth mae'r Nadolig yn ei olygu i chi ... go iawn? 🌟🎄

Bwyd 🍷🍷
Anrhegion 📺
Traddodiadau 🎵

I lawer: teulu 🎵❤️

Ond i rai eraill, mae'r gair hwnnw'n dwyn dagrau ...

atgofion, tensiynau, hiraeth, perthnasau cymhleth.

Yn y ffilm hon o Wasanaeth Carolau 2025 Caersalem, rydyn ni'n edrych yn onest ar stori'r Nadolig - nid fel stori berffaith ar gerdyn, ond fel stori o oleuni'n dod i deuluoedd go iawn.

🌟 Iesu - goleuni'r byd

👤 Yn camu i mewn i dywyllwch

🏠 I gartrefi go iawn

❤️ I bobl sydd ddim â bywyd taclus a pherffaith

Os yw'r Nadolig yn gymhleth neu'n boenus i chi eleni - mae'r neges yma'n arbennig i chi.

👉 Gwylwch. Rhannwch. A gadewch i'r goleuni ddisgleirio i mewn i'ch stori chi.

#Duw #Nadolig #Teulu #Caernarfon #Ffydd

I wylu'r ffilm, ewch i: <https://www.facebook.com/reel/743190795476658>

Ildio i'r Nadolig

Beth bynnag arall yw'r Nadolig inni, un peth nad oes modd ei wadu yw mai gwreiddiau crefyddol sydd i'r wyl. Dyna pam mae pobol sydd yn llwyddo i gadw'n gwbl glir o gapel neu eglwys weddill y flwyddyn yn dewis troi i mewn rywsut, rywbyrd ym mis Rhagfyr.

Mae'r tymor hwn yn cosi hen ddyheadau, yn deffro'r gwerthoedd sydd yn hawdd iawn eu hanwybyddu weddill y flwyddyn, ond sydd yn mynnu eu lle yn nymor y Nadolig. Mae'r Nadolig yn amlygu darnau chwâl ein bywyd, ac mae hiraeth yn codi o'r herwydd am gael y darnau eto ynghyd.

Mae yna ystod eang o resymau pam mae pobol yn gollwng gafaer ar ochr ysbrydol eu bywyd. Rhesymau gonest, rhesymau esgusodlyd, rhesymau gwael! Clywais stori hyfryd gan un o offeiriaid y Sblot yn ystod yr wythnos aeth heibio, stori gafodd yntau gan un o'i bobol. Gofynnodd hon wrth ei gŵr pam nad oedd e bellach yn dod gyda hi i'r offeren. Atebodd yntau nad oedd am fynychu'r offeren ragor gan nad oedd yn hoffi'r offeiriad newydd. Daeth ei hymateb fel chwip, "Dwyti ddim yn hoffi'r dyn tu ôl i'r bar yn y Royal Oak, ond rwyti dal i fynd yno am wisgi pan wyt ti eisiau un!" Roedd y

gweinidog o'r Mynydd Bychan a'r offeiriad o'r Sblot yn gwbl gytûn fod y ddynes honno yn ddiwinydd o fri!

Dyma awgrym bach: beth bynnag yw eich dealltwriaeth o'r ffydd, beth bynnag yw eich syniad am bobol ffydd, ildiwch i dynfa'r wyl. Pam lai? Ildiwch i dynfa'r Nadolig, a throwch i mewn i'ch addoldy lleol - y tŷ cwrdd agosa?... A phwy a wŷr? Efallai y daw rhai o'r darnau ynghyd.

Owain Llŷr Evans
(Allan o Yng Ngolwg Ffydd)

Eg-sgol: Prosiect Arloesol Newydd i Gysylltu Eglwysi ac Ysgolion yn ardal Is-Gwyrfaei, Henaduriaeth Arfon



Mae Henaduriaeth Arfon yn lansio *Eg-sgol*, prosiect arloesol sy'n cynnig ffordd newydd o fyw'r genhadaeth yn ein cymunedau.

Rydym yn byw mewn cyfnod o newid: mae ysgolion Sul yn prinhaus, ac mae nifer y bobl sy'n mynychu addoliad yn rheolaidd yn gostwng. Ond mae ein hysgolion yn parhau'n llawn bywyd, cyfleoedd a phosibilrwydd. Dyma lle mae Eg-sgol yn camu i mewn – gan adeiladu pont newydd rhwng yr eglwys a'r ysgol, a chreu lle i blant brofi gwerthoedd Cristnogol mewn ffyrdd creadigol, perthnasol a bywiog.

Beth yw Eg-sgol?

Eg-sgol yw ein hymateb lleol, cadarnhaol ac arloesol i'r newid hwn. Bydd y prosiect yn gwneud y canlynol:

- cydweithio â staff yr ysgolion i gyfoethogi profiadau dysgu sy'n cyd-fynd â gofynion y maes llafur Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg;

- datblygu gweithgareddau ac ymgyrchoedd yn yr ysgol, y capeli a'r gymuned;
- cynnig cyfleoedd dysgu profiadol, creadigol a chymunedol;
- trefnu clybiau, gweithgareddau, hybiau a digwyddiadau i blant ac i deuluoedd;
- gwranddo ar yr hyn sy'n bwysig i'r plant, y teuluoedd ac i'r gymuned ehangach.

Dyma brosiect sy'n edrych tua'r dyfodol ac yn chwilio am ffyrdd newydd o fod yn eglwys mewn oes newydd.

Pwyllgor Hybu: Egni Newydd

Mae'r Pwyllgor Hybu lleol wedi'i ffurfio'n benodol i gefnogi'r prosiect, ac mae'r tîm yn llawn egni, gweledigaeth a brwdfrydedd. Gyda'n gilydd, rydym yn edrych ymlaen at weld Eg-sgol yn tyfu ac yn darganfod ei ffurf ei hun wrth i'r gwaith ddatblygu.

Mae'r prosiect hwn yn gyfle i gysylltu, i geisio'r newydd, ac i adeiladu rhywbeth

arloesol ar sail ffydd a gwasanaeth yn ein cymuned leol.

Cyflwyno'r Cydlynnydd: Llinos Morris

Ar ôl treulio tair blynedd yn gweithio fel Cwnselydd ym Mhrifysgol Bangor, rwy'n falch iawn o ddychwelyd i weithio gydag Eglwys Bresbyteraidd Cymru. Gyda 19 mlynedd o brofiad o weithio gyda phlant, pobl ifanc a theuluoedd mewn ysgolion, eglwysi a'r gymuned, rwy'n teimlo'n frwdfrydig ac yn barod i ymgymryd â'r rôl newydd ac arloesol hon – gyda chalon a gweledigaeth.

Gwedd i a Chefnoogaeth

Wrth i Eg-sgol ddechrau ar ei daith, gofynnwn i chi ymuno â ni mewn gwedd i:

- dros yr egni a'r cyffro sydd eisoes yn tyfu – i barhau ac i ddyfnhau;
- dros gyfeiriad a doethineb wrth arwain;
- dros y plant a'r teuluoedd a fydd yn elwa o'r gwaith.

*Llinos Morris
Cydlynnydd Eg-Sgol*

Cymdeithas Gweinidogion Bro'r Preseli

Cawsom fore a phrynhawn dymunol dros ben i fwynhau ein cinio Nadolig eleni yng Ngaffi Beca, Efail-wen, ddydd Mawrth, 9 Rhagfyr 2025. Ar yr achlysur hwn bob blwyddyn rydym yn cael yr hyfrydwch o groesawu gwestai gwadd i'n hannerch, ac eleni cawsom gwmni'r Cynghorydd John Davies, Cwmbetws. Cafodd ei gyflwyno gan ei weinidog, y Parchg Sian Elin Thomas, ac yn ogystal â'r holl deitlau mae'n eu cynrychioli, roeddem yn meddwl amdano'r foment hon wrth ei het fel Cadeirydd Pwyllgor Eisteddfod y Garreg Las 2026, sydd i'w chynnal yn ei gynefin yng nghyffiniau Eglwyswrr.

Cawsom wrando ar anerchiad diddorol a difyrus eithriadol, gyda John yn cydnabod ei ddyled i'w gefndir capelyddol yn Ebeneser, Dyfed, fel caiff yr achos Bedyddiedig ei adnabod ar lafar gwlad. Soniodd am ei ddyled i ddylanwad gweinidogion arno, megis y diweddar T. R. Jones a W. J. Griffith, y cynghorydd a'i gyd-ddiacon, y diweddar Glyndwr Vaughan, a'r diweddar Martin Lloyd, ei brifathro tra oedd yn Ysgol y Preseli. Wrth iddo gydnabod ei ddyled i'r cyfeillion hyn yn ei anerchiad, adroddodd straeon difyr a wnaeth inni chwerthin yn iach



wrth wrando. Wedi'r anerchiad, cawsom fwynhau cinio Nadolig tri chwrs blasus iawn a mins pei dros banded, diolch i garedigrwydd Robert Bowen, ei briod a'r staff yn y caffi sydd bellach ar ei newydd wedd.

I ddechrau ein tymor 2025–6 eleni cawsom gwmni hyfryd Dr Fiona Gannon, Clydach, i'n hannerch. Fe rannodd gyda ni am ei gwaith fel arweinydd yng Nghapel y Nant ac am y siop elusen a'r ymddiriedolaeth y mae hi'n eu harwain a'u rhedeg yng Nghlydach. Yn ystod y tymor, gyda'r Parchg Andrew Lenny yn y gadair, rydym wedi dechrau trafod y Llythyrau at y Saith

Eglwys yn Asia yn Natguddiad Ioan, ac yn cael blas ar y maes. Ac i gloi'r flwyddyn y tro yma, gyda'r Eisteddfod Genedlaethol yn ymweld â Sir Benfro, ym Mehefin fe fydd y Parchedgion Eirian Wyn Lewis a Sian Elin Thomas yn ein harwain ar bererindod yn ardal Eisteddfod y Garreg Las.

Roeddem yn 16 o weinidogion yng nghwmni John Cwmbetws, gydag eraill yn ymddiheuro. Mae llewyrch ar y gymdeithas, a'r gwmniaeth bob amser yn felys a bendithiol. Edrychwn ymlaen at fwynhau gweddill y tymor yn y flwyddyn newydd.

*Emyr Gwyn Evans
Ysgrifennydd*

Llewyrch achos Llanfaches

Hyfrydwch bendithiol iawn oedd ymuno â chynrychiolwyr cyfeillgar iawn o brif enwadau Cristnogol Cymru yng nghapel hanesyddol y Tabernacl, Llanfaches, ddydd Sadwrn, 6 Rhagfyr.

Cynhaliwyd yr oedfa olaf yn y capel hynafol ddydd Sul, 7 Rhagfyr 2025, gyda gwasanaeth o ganu carolau oedd wedi eu dewis gan yr wyth aelod sy'n weddill yn y capel erbyn hyn. Cefais wybod bod y capel bron yn llawn ar y bore Sul, a nifer sylweddol o'r cyn-aelodau wedi manteisio ar y cyfle olaf hwn i gydaddoli.

Cychwynnodd yr achos ymneilltuol yn Llanfaches ym mis Tachwedd 1639, ar ôl i reithor y plwyf, y Parchedig William Wroth, gael ei ddiswyddo o'i fywoliaeth yno gan yr awdurdodau Anglicanaidd yn 1638. Fel sy'n hysbys i bron pawb ohonoch, dwi'n siŵr, yr achos yn Llanfaches oedd y gynulleidfa ymneilltuol cyntaf yng Nghymru.

Dydd Sadwrn, 6 Rhagfyr, oedd y cyfle olaf i ni ymgynnull yn Llanfaches, gyda chaniatâd a chefnogaeth yr wyth aelod oedrannus sydd yno erbyn hyn.

Er bod y rhybudd am y diwrnod o goffâd a diolchgarwch yn fyr ac ynghanol prysurdeb masnachol y Nadolig, cawsom gwmmi o bymtheg ohonom o gylch bwrdd crwn delfrydol wrth i ni wynebu a chyfarfarch ein gilydd mewn trafodaeth yn Neuadd Goffa William Wroth, sydd ynghlwm wrth y capel. Penderfynwyd mai braf iawn a manteisiol oedd i ni aros yng nghwmni ein gilydd fel cyfeillion ar gyfer trafodaethau'r bore yn ddwyieithog.

Gwahoddwyd pob un oedd yn bresennol i'w gyflwyno i hun a sôn am ei gefndir a'i berthynas â Llanfaches. Roedd yn drawiadol iawn nad oedd yr aelodau sy'n weddill yn ymdeimlo â gormodedd o dristwch, oherwydd eu bod mor wirioneddol ddiolchgar am y budd a'r bendithion roeddent wedi eu cael o berthyn i'r capel dros nifer sylweddol o flynyddoedd. Roedd Barbara, un o'r cyd-ysgrifenyddion a'r organyddes, wedi bod yn aelod yno am tua 70 mlynedd.

Rhywbeth arall ddaeth yn amlwg oedd fod y rhan fwyaf oedd yn bresennol wedi newid enwad eu magwraeth, am resymau gwahanol, yn ystod eu pererindod.

Doedd dim syndod i mi fod sawl un yno wedi mynegi ei ddyled a'i ddiolch i'r



Yn eistedd o'r chwith i'r dde: Swyddogion y Tabernacl, Llanfaches: Mike Cornick, Barbara Jones (Cyd-ysgrifenyddion), Eirlys Cawdrey (Trysorydd)
Yn y pulpud o'r chwith i'r dde: Parch. Owain Llŷr Evans (Gweinidog capel Minny St, Caerdydd); David a Jinny Heywood (aelodau yn Llanfaches); Parch. Gethin Rhys (cyn-swyddog gyda Cytûn); Helen Williams (Eglwys Sant Edeyrn, Caerdydd); Siân Evans (aelod yng nghapel y Crwys, Caerdydd); Parch. Gwilym Wyn Roberts (aelod yng nghapel Minny St, Caerdydd)
Eraill oedd yn bresennol, ond heb fod yn y llun: Luned ac Owen Rock (aelodau yn y Tabernacl, Caerdydd); Parch. Lyndon Harrison (cyn-ficer Cil-y-coed) a'i wraig, Cynthia; Parch. Ddr Geraint Tudur (a dynnodd y llun)

diweddar Barchedig Shem Morgan am ei arweiniad a'i ddylanwad arnynt pan oedd yn fugail yno.

Hyfryd iawn oedd cael cwmni'r Parchedig Lyndon Harrison a'i wraig yn y bore. Er iddo fod yn ficer yng Nghil-y-coed (Caldicot) cyn ymddeol, doedd o erioed wedi cael y cyfle i ymweld â'r capel. Roedd naws ecwmenaidd naturiol a chynnes yn ein mysg yn ystod y diwrnod hanesyddol hwn. Cafwyd ymateb hynod ddiddorol gan bob un oedd yn bresennol mewn ffordd hynaws ond dwys, ac roeddem oll wedi ein hysbrydoli wrth i ni glywed am gefndiroedd a gyrfaedd amrywiol.

Syrpréis hyfryd iawn ac annisgwyl oedd cael cwmni'r Parchedig Ddr Geraint Tudur o Fangor. Efallai i rai ohonoch gofio bod Geraint wedi traddodi ei ddarlith am Lanfaches a gweinidogaeth nodedig y Parchedig William Wroth 'nôl yn 1989 (amser dathlu 350 mlynedd sefydlu'r achos) yn y prynhawn a bod ei dad, y Parchedig Ddr R. Tudur Jones, wedi pregethu yn oedfa'r hwyr.

O gylch y bwrdd ar y bore Sadwrn, gofynnais i Geraint a fyddai'n fodlon crynhoi hanes yr achos yn Llanfaches a swyddogaeth y Parchedig William Wroth. Llwyddodd Geraint i wneud hynny, yn gryno ac yn ddwyieithog.

Ar ôl y bwffe blasus iawn, cawsom oedfa fer yn y capel a chanwyd dau bennill o eiddo Shem Morgan:

Gwrando, Arglwydd, o'th gynteddau
ar bechadur gwael ei lun,
dwêd dy fod o hyd yn maddau
pechod mawr yr euog ddyn.
Dangos imi'r groesbren arw
hoelwyd arni f'Arglwydd cu,
nes creu awydd yn fy nghalon
i glodfori 'ngheidwad i.

Arwain fi, O Arglwydd tirion,
o'm crwydriadau pell yn ôl,
nes gorchfygu'r croesau mawrion
a diddymu 'mhleser ffôl;
gad im rodio llwybrau bywyd
beunydd yn dy gwmmi di,
fel yr caf o'r diwedd ddyfod
atat Ti, i'r nefoedd fry.

Gwilym Wyn Roberts

Myfyrio uwch ein myfyrdodau yn y caffi



**Y CYNGOR AR ALCOHOL A
CHYFFURIAU ERAILL**
ELUSEN AR GYFER DIBYNTIAETH,
ADFERIAD A GALLUOGI

**THE COUNCIL ON ALCOHOL
AND OTHER DRUGS**
THE CHARITY FOR ADDICTION,
RECOVERY AND EMPOWERMENT

Y Cwestiwn

Sgwrs dros goffi gyda ffrind o weinidog; dyma beth o'r hyn a drafodwyd gennym:

Mae capeli anghydfurfiol Cymru yn cau bron bob wythnos y dyddiau hyn. Mae selogion y ffydd yn ymladd i'w hatal rhag cau. Onid dyma'r peth gwaethaf y gallent ei wneud? Onid yw nerth Duw yn cael ei berffeithio mewn gwendid? Oni ddylen nhw ildio i'r gwirionedd a derbyn eu hanallu i sbarduno newid, gan adael yr ateb sydd yn amhosibl yn ddynol yn nwylo Duw? Onid yw eu hymdrechion eu hunain yn dystiolaeth o'u diffyg ffydd yn Nuw hollalluog? Ac onid yw eu gweithredoedd yn cyflymu marwolaeth y capeli?

Ond wedi cyrraedd adref, bûm yn myfyrio mwy uwch yr hyn a drafodwyd.

Yr Ateb

Yr hyn rydym yn ei weld yng Nghymru heddiw yw nid dim ond dirywiad adeiladau crefyddol, ond diwedd cyfnod diwylliannol cyfan. Am genedlaethau, bu'r capel yn galon ddiwylliannol ac ysbrydol y genedl. Mae ei ddirywiad yn sicr yn wirioneddol boenus – ond nid yw poen bob amser yn arwydd o fethiant; yn aml mae'n wahoddiad i wirionedd dyfnach.

1. Ai “achub” capeli sy'n marw yw'r peth gwaethaf y gall pobl ei wneud?

Nid o reidrwydd – ond gall ceisio'u hachub yn y ffordd anghywir fod yn niweidiol.

Pan fydd pobl yn ymladd i gadw adeiladau, arferion, a ffurfiau sefydliadol fel petaen nhw'n hanfod yr efengyl, maent yn ymladd yn erbyn gwyntoedd na all neb eu rheoli. Daw'r frwydr yn weithred o bryder, nid o ffydd, yn lynu wrth yr hyn a fu yn hytrach na bod yn agored i'r hyn y gallai Duw fod yn ei greu heddiw.

Nid y muriau yw Corff Crist.

Y bobl ydy'r corff – gyda'u dynoliaeth amrwd a'u hangen am ras.

2. “Gwneir perffaith Ei nerth mewn gwendid.” – Ie, ond nid yw gwendid yn oddefgarwch llwyr.

Nid ydy Paul yn 2 Corinthiaid 12 yn pregethu am ildio mewn digalondid. Mae'n pregethu am 'roi'r gorau i'r rhith o reolaeth' fel y gall nerth Duw lifo drwom.

Nid yw gwendid yn golygu peidio gwneud dim; mae'n golygu gwneud dim ond yr hyn sy'n perthyn i ni – a gadael gweddill y gwaith yn nwylo Duw.

Mae ceisio gwrthdroi cynnwrf demograffig a diwylliannol mawr trwy rym dynol yn unig yn fath o hunanddibyniaeth ysbrydol – sy'n groes i'r hyn roedd Paul yn ei ddysgu.

3. Sut olwg sydd ar ildio i eglwysi Cymru heddiw?

Nid rhoi ffidil yn y to yw ildio. Rhoi heibio'r ffantasi y gellir adfer y gorffennol yw'r gwir ildio.

Mae ildio'n golygu gofyn i Dduw:

- Beth sy'n cael ei eni yma?
- Pa siâp newydd ddylai ffydd ei gymryd?
- Sut gallwn wasanaethu tlodi ysbrydol gwirioneddol y genhedlaeth hon?

Mae'n golygu ailddarganfod bychander, gostyngeddwydd, cydfrawdoliaeth, a rhannu'n onest – profiad, cryfder a gobaiith.

Mae'n golygu bod capeli'n troi'n lleoliadau iacháu, yn gymunedau, ac yn amlygu ysbrydolrwydd byw – ac nid yn amgueddfeydd o ogoniant gynt.

4. A yw eu hymdrechion weithiau'n dystiolaeth o ddiffyg ffydd?

Weithiau – ydynt.

Nid o fwriad.

Nid o falais.

Ond o bryder ac ofn.

Pan fyddwn yn ceisio gorfodi atgyfodiad, rydym mewn gwirionedd yn ei rwystro.

Ni ddigwydd atgyfodiad ond pan ganiateir i rywbeth farw.

Gall eglwys farw fel sefydliad ac aileni fel cymuned fyw.

Yn aml mae Duw yn chwalu'r hyn nad yw'n gwasanaethu bywyd mwyach.

5. A yw eu hymdrechion pryderus yn cyflymu'r dirywiad?

Efallai – ydy.

Oherwydd pan fydd cymunedau ffydd yn glynu wrth oroesi ar unrhyw gost:

- maent yn blino'u haelodau,
- maent yn troi'n fewnol,
- maent yn colli eu llais proffwydol,
- maent yn peri i geiswyr ysbrydol gadw draw,
- ac maent yn cymysgu hiraeth â chenhadaeth.

Nid oes dim yn marw'n gynt na chapel sydd ag ofn marw.

Casgliad tyner

Nid yw dirywiad capeli anghydfurfiol Cymru yn dystiolaeth o absenoldeb Duw. Efallai mai tystiolaeth ydyw fod Duw ar symud.

Mae pob adfywiad ysbrydol mawr yn hanes y ffydd wedi dechrau gyda gollwng gafael.

Efallai fod yr Ysbryd yn galw Cristnogaeth Cymru yn ôl at ffydd symlach, mwy gostyngedig, mwy perthnasol – un sy'n canolbwyntio ar gysylltiad, gonestrydd, a deffroadau ysbrydol dwfn ... yr union bethau rydw i'n eu hyrwyddo yn y Stafell Fyw ac wedi eu profi yn fy mywyd i fy hun.

Os yw Duw yn gwneud rhywbeth newydd yng Nghymru, nid gwrthwynebu yw tasg gyntaf y ffydd.

Ei weld.

A chydweithio ag Ef.

Wynford Ellis Owen

*Prif Weithredwr y Cyngor ar Alcohol a
Chyffuriau Eraill;
Ymgynghorydd Cwnsela Arbenigol i'r
Stafell Fyw, Cynnal, a Lle i Fyw
www.cyngor-adferiad.org*

Codi'r Llen: merched yr Hen Destament a'u dewisiadau

Maes Llafur i oedolion 2025/26



Codi'r Llen 10 – Ymson Debora

Debora ydw i, llawforwyn yr Arglwydd a barnwr y bobl. Mae amryw wedi dod ataf yn chwilio am ddoethineb ac i glywed llais Duw. A phan fo Duw yn siarad, bydd hyd yn oed y galon fwyaf ystyfnig yn teimlo'r ddaear yn simsanu.

Bu llaw Jabin, brenin Canaan, yn drwm arnom am ugain mlynedd. Bu Sisera'r cadfridog hefyd yn deyrn. Clywais y bobl yn ochneidio, ond rhaid oedd aros yn amyneddgar, hyd nes ei bod yn amser y waredigaeth.

Yna, un diwrnod sibrydodd yr Ysbryd wrthyf: “Debora, galw am Barac, fab Abinoam.” A gelwais arno i ddod ataf yr holl ffordd o Ceddes, Naftali. Edrychais i fyw ei lygaid a gwelais ei fod yntau wedi dioddef creulondeb Sisera. Dangosai kannwyll ei lygaid wrthyf ei fod yn dyheu am ryddid, ond eto'n llawn ofn. Dywedais wrtho am gynnull deng mil o ddyinion o Naftali a Sabulon, a mynd i Fynydd Tabor. “Gad ti'r gweddill i mi,” meddwn wrtho, “fe ddof fi â Sisera atat.”

Doedd o ddim yn siŵr a bu'n fud am eiliadau hir. Wedi pendroni, fe ddywedodd yn dawel: “Os doi di gyda mi, fe af. Ond os na ddoi di, af i ddim!” Dyna beth mawr: un o'r dynion dewraf yn cyfaddef ei fod f'angen i. Deallwn ei bryder, ond gwyddwn y byddai fy nghryfder yn ei gymell yn ei flaen. Doedd gen i ddim cleddyf yn fy llaw na byddin y tu ôl imi, ond gwyddwn yn fy nghalon fod yr Arglwydd wrth f'ochr. Cytunais i fynd gyda ef, ond rhoddais wybod iddo mai llaw menyw fyddai'n ennill y dydd i'r bobl.

Aethom ein dau i Fynydd Tabor ac aros. Daeth cerbydau Sisera a'u dannedd o ddur, a'r anifeiliaid mawr yn ysgyrnygu o'u blaenau. Teimlais newid yn yr awel; roedd rhywbeth ar droed. Gwelais ddŵr nant Cison yn codi a dywedais, â'm llais yn gadarn, “Cod dithau, Barac; dyma ddydd yr Arglwydd! Oni weli di Ef yn cerdded o'th flaen?”

Dilynai'r deng mil o ddyinion yn union ar ei ôl, fel llanw'r môr mawr. Roedden nhw wedi'u hatgyfnerthu. Disgyn i'r llaid fu tranc y cerbydau dur i gyd a chwypodd y milwyr, fesul un, a chael eu hysgubo ymaith gan y dŵr. Dihangodd Sisera ar droed fel llwfrgi. Aeth i mewn i babelll cyfeillion iddo a chael ei groesawu gan Jael, gwraig Heber. Meddylodd ei fod yn saff yno. Rhoddodd Jael laeth enwyn iddo i'w yfed, er iddo ofyn am ddŵr. Taenodd gwrlid cynnes drosto a sicrhau ei fod yn gyfforddus ac yn siŵr o gysgu. Cytunodd i sefyll yn nrws y babelll, ond gwyddai beth oedd raid iddi ei

wneud. Aeth i nôl un o'r picffyrch oedd yn dal y babelll yn ei lle, a chyda honno yn un llaw a morthwyl yn y llaw arall, anelodd rhwng ei glust a'i dalcen (sef ei arlais). Trywanodd Sisera nes bod y bicfforch wedi mynd drwyddo. Crymodd ef o'i blaen, cyn disgyn yn gelain. Daeth Barac ymhen hir a hwyr a dangosodd Jael iddo yr hyn a wnaethai.

Cenais fawl i'r Arglwydd am iddo f'arwain mewn doethineb. Do, deffroais ar alwad yr lôr a gweithredu yn ôl ei gyfarwyddyd. Boed imi fod yn anogaeth i chithau, fel y rhai sy'n ei garu Ef, i ddisgleirio'n llachar fel haul ganol dydd.

Holi

- Sut mae parodwydd Debora i wrando ar Dduw yn ein herio i ddeisyfu ei gyfarwyddyd wrth wneud penderfyniadau heddiw a gweithredu ar y penderfyniadau?
- Gwelwn Debora yn rhoi cefnogaeth i Barac yn hytrach na gweithredu ar ei phen ei hun. Beth sydd gan y bartneriaeth a'r cydweithio yn y stori i'w ddweud wrthon ni am rannu arweinyddiaeth a chefnogi ein gilydd yng ngweinidogaeth yr holl saint?
- Roedd Debora yn fenyw gref, yn enwedig yn ei dydd. Sut all ei hesiampl hi ddylanwadu ar ein hagweddu ni o ran pwy ddylai arwain neu beidio? Ydy Duw yn defnyddio pobl amrywiol, ac efallai rai sy'n cael eu hamddifadu o gyfeion fel arfer i arwain?
- Cododd Debora, Barac a Jael i wynebu'r perygl yn hyderus. Ym mha sefyllfaoedd heddiw mae Duw'n galw'r eglwys, neu chi'n bersonol, i gamu ymlaen gyda dewrder?

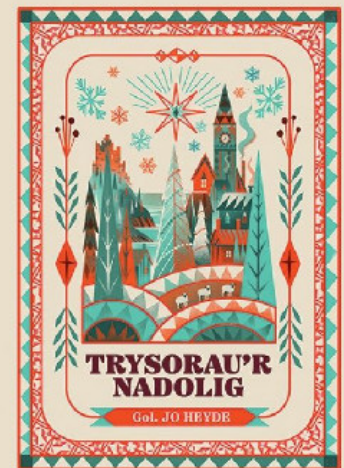
Gweddi

Cymorth ni i glywed a dilyn dy gyfarwyddyd. Cryfha ni, fel y gallwn fod yn hyderus yn ein camre pan fo'r llwybr yn aneglur. Cymorth ni i gefnogi ein gilydd ac i wneud popeth â chymysgedd iach o wyleidd-dra a hyfdra. Cryfha ein hymddiriedaeth ynot Ti ac yn y rhai rwyf wedi'u galw i arwain. Cymorth ni i gydweithio er hyrwyddo dy deyrnas a lledaenu dy gariad. Amen.

Siân Meinir

Trysorau'r Nadolig (gol. Jo Heyde)

Dewch i ymgolli yn hud y Nadolig. Yn y flodeugerdd hon mae ugain o feirdd yn rhannu eu hatgofion o'r Wyl ac mae gwaith celf hudolus Karl James Mountford yn coronu'r cyfan. Dyma gist gyfuriog y byddwch yn ei hagor droeon i fwynhau'r trysorau arbennig sydd ynddi. Cyhoeddwyd gan Gyhoeddiadau Barddas



S4C

Dechrau Canu, Dechrau Canmol
Sul, 21 Rhagfyr, am 7:00yh – Gŵyl y Geni

Nia Roberts sy'n arwain dathliadau'r Nadolig o Eglwys Sant Awstin, Penarth. Ymhlith y gwesteion mae'r unawdwyr Rhodri Prys Jones, Lili Mohammad a Sian Meinir, a chawn berfformiadau gan Gôr Merched Plastaf a Chôr Tadau Trisant. Mae'r carolau cynulleidfaol o dan arweiniad Eilir Owen Griffiths.

BBC radio cymru

Caniadaeth y Cysegr
Sul, 21 Rhagfyr, am 7:30yb a 4:30yb

Amrywiaeth o emynau yng nghwmni Siôn Brynach

Oedfa Radio Cymru

Sul, 21 Rhagfyr, am 12:00yb

Oedfa dan arweiniad Thomas Ellis Williams, Caerdydd

Oedfa Nadolig Cenn@d

Y Magnificat – Llawenhau a Gorfoleddu yn Nuw

Gweddi

Arglwydd, diolch am gyfle newydd i ymdawelu a throi atat ti. Diolch am gyfle i fynegi ein moliant a'n diolch i Ti, ein creawdwr. Yn ein hamser o fawl a gweddi heddiw, gofynnwn i'th Ysbryd Glân agor ein meddyliau a'n calonnau wrth i ni unwaith eto dy roi di yn y canol. Down i'th foli, Arglwydd Iesu; derbyn ni. Amen.

Thema ein hoedfa fydd llawenydd. Ydi llawenydd yn rhywbeth sy'n dod yn rhwydd i chi? Neu fyddwch chi ar adegau yn ei chael yn anodd meddwl am fod yn llawen? Wrth i ni feddwl am ein taith ffydd a'n perthynas â'r Duw byw yn Iesu Grist, beth mae llawenydd yn ei olygu? Ac ydi hi'n bosib profi llawenydd yn ein ffydd pan fydd bywyd o'n cwmpas yn anodd a heriol? Cawn gyfle i fyfyrion ar hyn yn ystod ein hoedfa.

Eryn 421: 'Llawenydd a gewch yn Iesu'

Canhwyllau Adfent

Ydych chi wedi bod yn nodi'r Adfent mewn ffordd arbennig? Mae rhai yn hoffi calendr adfent – y rhai efo siocled – ia, wrth gwrs! Ond hefyd, mae'n bosib cael rhai sydd efo adnod ar gyfer y dydd. Neu efallai fod ganddoch chi gannwyll adfent ac y byddwch yn neilltuo amser tawel wrth i'r gannwyll losgi o un rhif i'r llall. Mewn eglwysi a rhai capeli defnyddir torch adfent yn ystod y cyfnod hwn. Ceir thema wahanol i'r canhwyllau adfent: gobaith, tangnefedd, gorfoledd a chariad. Heddiw, gadewch i ni ganolbwyntio ar y drydedd gannwyll; llawenydd neu orfoledd. Tra mae hanner cyntaf tymor yr adfent yn gyfnod o fyfyrion ac edifarhau, wrth i ni groesi i ail hanner yr adfent ac wrth i'r Nadolig agosáu, cawn gyfle i ymgolli yn rhyfeddod a gorfoledd Gŵyl y Geni sydd ar y gorwel.

Gweddi

Diolch i ti, Arglwydd, am dymor yr adfent – tymor o ddisgwyl a myfyrion ar ystyr dy ddyfodiad i'r byd. Helpa ni i wneud yn siŵr ein bod yn gwneud lle i ti yn ein calonnau yn ystod y tymor er mwyn i ni brofi ystyr ddyfnach Gŵyl y Nadolig pan ddaw. A'r byd fel petai'n prysuro o'n cwmpas, arwain ni i arafu ac aros ynot Ti. A rho i ni olwg newydd ar yr hyn mae'n ei olygu i ddisgwyl wrth yr Arglwydd. Fel

y dywedodd y Salmydd: disgwyl wrth yr Arglwydd. Bydd gryf a gwrol dy galon, a disgwyl wrth yr Arglwydd. Amen.

Moli

Darlleniadau: Salm 100; Philipiadau 4: 4–7

Un o'r salmau mwyaf cyfarwydd yw Salm 100; 'Eryn o fawl a Salm o ddiolch', yn ôl beibl.net. Mae'r salm yn dechrau â'r geiriau: 'Gwaeddych yn uchel i'r ARGLWYDD, holl bobl y byd! Addolwch yr ARGLWYDD yn llawen; a dod o'i flaen gan ddathlu!' Dyna orfoledd, dyna llawenydd. Y neges yw: dewch i addoli, dewch i ddathlu. Dewch i addoli Duw yn llawen, addolwch ei fawredd a'i gariad a'i ffyddlondeb. Ac i ni, yng nghyfnod yr adfent, gallem ychwanegu: paratowch eich hunain i groesawu Iesu, ein Gwardwr. Ydyn ni'n barod yn y galon i ddechrau amgyffred a deall mawredd y Nadolig o'r newydd yr adfent hwn? Ydyn ni'n llwyddo i sicrhau mai cariad a llawenydd sy'n cael y lle pennaf yn ein calonnau er mwyn gallu cael gwir orfoleddu yn Nuw?

Os byddwch am droi at ran o'r Beibl sy'n ein hannog i lawenhau a gwenu, yna mae Llythyr Paul at y Philipiadau yn lle da i gychwyn. Cawn ein hannog gan Paul i fod yn llawen bob amser. A chofiw'n fod llawenydd yn ddyfnach na hapusrwydd. Mae'n amhosib bod yn hapus drwy'r amser, ond nid dyna'r neges yma, ac nid dyna neges yr Efengyl. Pwysleisia Paul yn y llythyr mai'r rheswm dros fod yn llawen yw am ein bod yn perthyn i'r Arglwydd.

Magnificat

Darlleniad sy'n cael ei gysylltu â Sul Gorfoledd ydy'r Magnificat – emyn mawl Mair. Dyma'r gân y mae Mair yn ei chanu ar ôl ymweliad yr angel yn dweud ei bod yn mynd i fod yn fam i fab Duw. Er mwyn mynd dan groen y geiriau, mae'n rhaid aros a myfyrion. Felly, gadewch i ni aros efo Mair am ychydig. Wrth i ni ddarllen yr adnodau, gadewch i'r geiriau ganu yn eich calon a'ch meddwl chi fel y bu iddynt ganu yn ei chalon a'i meddwl hi.

Darlleniad: Luc 1:46–55

Eryn 433: 'O f'enaid, cân, mawrha yr Arglwydd Dduw'

Mae llawenydd Mair yn deillio o agosrwydd Duw ati, ond nid ati hi yn unig. Mae'n llawenhau am fod Duw wedi

dewis closio at rai tebyg iddi, pobl sydd yn 'neb', y rhai sy'n newynog a'r rhai sy'n dlawd. Trugaredd Duw yw ffynhonnell eu llawenydd. Mae cymaint o bobl wedi darlunio Duw fel un sydd yn farnwr caled, yn cadw cyfri o fethiannau pawb; mae rhai wedi ei ddarlunio fel yr un o blaid y cyfoethog a'r grymus ac eraill yn ei ddarlunio fel Duw y bobl ddylanwadol a phwysig. Ond mae Duw wedi dewis Mair, a thrwyddi bobl debyg iddi, a dweud mai Duw y neb, y tlawd, y di-rym a'r gorthrymedig ydi o – Duw sy'n closio at bobl yn drugarog a chydag anwylydeb. Mae hynny yn sicr o roi llawenydd.

Gwasanaethu

Diwedd hanes ymweliad yr angel â Mair ydi'r Magnificat mewn gwirionedd. Tydi dechrau'r hanes ddim cweit mor gadarnhaol. Meddai Luc: 'Ond gwnaeth yr angel i Mair deimlo'n ddryslyd iawn. Doedd hi ddim yn deall o gwbl beth roedd yn ei feddwl. Felly dyma'r angel yn dweud wrthi, "Paid bod ofn, Mair. Mae Duw wedi dewis dy fendithio di'n fawr.'"

Erbyn diwedd yr ymweliad, fodd bynnag, mae meddwl Mair wedi ei dawelu: "Dw i eisiau gwasanaethu'r Arglwydd Dduw. Felly gad i beth rwyt wedi'i ddweud ddod yn wir." Yna, ar ôl cyfarfod â'i chyfnither Elisabeth, mae Mair yn canu ei cân o fawl.

Rydyn ni wedi ystyried beth mae'n ei olygu i lawenhau a gorfoleddu fel y gwnaeth Mair. Ond mae Mair hefyd yn ymateb i ymweliad yr angel drwy ddatgan ei hawydd i wasanaethu Duw. Mae hon yn neges o her i ni heddiw. Faint o bwyslais rown ni ar wasanaethu yn ein bywydau o ddydd i ddydd? A beth am wasanaethu Duw? Nid peth hawdd ydi byw bywyd o wasanaeth i Dduw ac eraill. Mae rhywbeth ynom i gyd sydd am roi'r hunan gyntaf. Ond neges greiddiol efenygl Crist yw na allwn ni wneud hyn os ydym am ei ddilyn yn ffyddlon. Boed i ni dderbyn anogaeth drwy esiampl y Fair ifanc i fod yn awyddus i wasanaethu ein Harglwydd Dduw bob amser.

Yr esiampl bennaf i ni fel Cristnogion o wasanaeth, wrth gwrs, ydi Iesu. Mae'n amhosib dathlu'r Nadolig heb fod gennym lygaid tua'r Pasg – ac mae ein

[\(parhad ar y dudalen nesaf\)](#)

