AM DDIM

Cyfnodolyn Synod Cymru Yr Eglwys Fethodistaidd

Rhifyn 216 Rhagfyr 18 – Ionawr 2019

Gwyliedydd

Er camwedd daeth awr cymod, – Nadolig
I deulu'r anghydfod;
Newyddion da am Dduw'n dod
O'i ras i'r ddaear isod.

Tilsli

Cyfarchiad Mair gan Joseph Erns Tunner

Cân Mair

gan y Parchedig Pam Cram

Bûm yn siarad yn ddiweddar â mam feichiog, oedd erbyn hyn yn ei chael hi'n anodd plygu a chodi. Holais a oedd hi'n dyheu bellach i'r babi ddod yn fuan. Ydw a nac ydw, meddai. Doedd hi ddim yn edrych ymlaen at y diffyg cwsg gyda babi newydd, na'r gwaith caled gyda dau blentyn bach. Felly edrych ymlaen ond hefyd poeni am y dyfodol.

Meddyliwch am hanes Mair ac Elisabeth yn cwrdd. Disgwyl a llawenhau – ond tybed beth oedd eu hofnau? Un ohonynt yn hen wraig, yn disgwyl plentyn ar ôl blynyddoedd heb blant. Dychmygwch y blinder a'r diffyg egni pan fyddai'n gorfod delio â babi yn ei henaint. Y llall yn ferch ifanc, hithau hefyd wedi derbyn sioc ynglŷn â'i beichiogrwydd. Ystyriwch y canlyniadau iddi hi – ifanc, dibriod, dibrofiad, a theithiau hir o'i blaen.

Mae Luc yn rhoi geiriau cân ar wefusau Mair, ond pwy a ŵyr ai ei chân hi mewn gwirionedd sydd yma ynteu barddoniaeth o eiddo Luc, neu rywun arall, a Luc wedi eu dewis fel mynegiant o themâu pwysig yn ei efengyl. Mae geiriau'r gân yn debyg iawn i eiriau gweddi mam arall yn y Beibl sef Hannah, mam Samuel, oedd fel Elisabeth yn fam hŷn. Cân addas iawn, felly, i Mair ei rhannu ag Elisabeth. Cawn yma eiriau llawen – ond hefyd eiriau am gyfiawnder. I'r cyfoethog mae'r geiriau hyn yn eiriau barn. Fel pobl sy'n byw yn un o'r gwledydd mwyaf cyfoethog y byd, ni allwn ni osgoi eu harwyddocâd chwaith, yn ein byd llawn anghyfiawnder lle mae'r bwlch rhwng y tlawd a'r cyfoethog yn tyfu ymhobman, byd llawn digofaint, ofn a thrais.

Mae rhywbeth arbennig am fam feichiog yn canu a'r plentyn yn y groth yn amsugno awyrgylch y gân. Rwy'n cofio darllen erthygl am Katherine Jenkins a sut roedd hi wedi canu a chwarae cerddoriaeth o bob math yn ystod ei beichiogrwydd. Yn wir, meddai, roedd ei merch fach hefyd yn hoff iawn o gerddoriaeth! Mae profiadau plentyn, hyd yn oed yn y groth, yn helpu i ffurfio'r person. Tybed pa effaith a gafodd naws ac awyrgylch y gân hon ar Iesu? Cân ydyw sy'n gwrthod derbyn anghyfiawnder.

Ein gobaith ar gyfer ein plant ein hunain – a'n hwyrion – yw y cânt iechyd, hapusrwydd, chwarae teg, cyfleon. Gan ddilyn esiampl Mair rhaid i ni estyn y gobeithion hyn allan, i gofleidio holl blant Duw. Boed inni obeithio am gymunedau iach, lle sicrheir cyfiawnder a pharch i bawb; am hapusrwydd ymhob man wrth i'r awdurdodau weithio dros les pawb; ac am gyfle i bawb ddatblygu yn gorfforol, meddyliol ac ysbrydol.

Yn ysgrif Lucy Winkett, 'His Mother's Son', dywed yr awdur mai'r Magnificat yw'r rhan fwyaf trawiadol ac angerddol o hanes Mair. Y gân hon sydd yn canu'r byd newydd i fodolaeth, y byd newydd a ddechreuodd ym Methlehem. Meddai Lucy wrth gloi ei hysgrif: 'Wrth iddo ddatgan ei weledigaeth o fyd sy'n cael ei ryddhau rhag gorthrwm, mae Iesu'n adleisio geiriau a ganodd Mair cyn ei eni. Roedd yn fab Duw ond mae'n amlwg ei fod hefyd yn fab ei fam.'

Gweddi ar gyfer yr Adfent

Arglwydd Iesu Grist, oleuni yn ein tywyllwch,
ein hunig obaith yn ein gwacter a'n poen,
yn union fel yr ymwrthododd Mair â phob hwylustod a chysur
er mwyn gwneud lle i'r trysor mwyaf erioed,
fe ymrown ninnau i newid ein blaenoriaethau;
i ddweud 'Gwnawn, fe rown ein bywydau, fel y bydd cariad yn cynyddu fwyfwy'.
Tyrd er mwyn yr unig a'r ofnus;
trawsnewidia ein tywyllwch â'th oleuni cynnes,
croesawus di dy hun. Amen.

O ddeunydd 'Offrwm yr Adfent' yr Eglwys Fethodistaidd, 2018.
Ewch i www.methodist.org.uk/our-work/support-our-work/advent-offering/ i lawrlwytho'r deunydd i gyd.

Synod Cymru

Gwyliedydd

CYFNODOLYN SYNOD CYMRU
YR EGLWYS FETHODISTAIDD
Sefydlwyd 1877 – Cyfres Newydd 1987

RHIF 216
RHAGFYR 2018 – IONAWR 2019

Cyhoeddir 6 rhifyn y flwyddyn – am ddim i aelodau a chyfeillion Synod Cymru. 6 rhifyn drwy'r post £5.

BARN Y CYFRANWYR UNIGOL A FYNEGIR YN YR EITEMAU UNIGOL

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

FFION ROWLINSON
CRUD YR AWEL
LÔN NEWYDD COETMOR
BETHESDA,
GWYNEDD
LL57 3DT
Ffôn 01248 605365
Ffôn symudol 07554 958723
e-bost ffion.rowlinson@trysor.f9.co.uk

DYDDIAD CAU
1 TACHWEDD 2018

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

Dyluniwyd gan Elgan Griffiths
Argraffwyd gan Wasg y Lolfa

Cynllun y clawr gan Annest Rowlinson

O'R GADAIR AR Y GOROR

gan y Parchedig **Jennifer Hurd**

Llawenydd yr Ŵyl i chi! Wrth i ni ddathlu gŵyl genedigaeth ein Gwaredwr, gweddïaf ar i'ch calonnau fod yn llawn tangnefedd, a boed inni i gyd ddod i ddeall yn well beth yw ystyr ein dathliadau.

I lawer ohonom, bydd mynd i weld Drama'r Geni yn rhan bwysig o'r tymor. Byddwn yn clywed neu'n darllen unwaith eto hanes geni'r Iesu o efengyl Luc 2: 1-7. Mae'n ddiddorol sylwi pwy sy'n cael eu henwi yma: Cesar Awgwstus; Cyrenius, llywodraethwr Syria; y brenin Dafydd; Joseff a Mair. Mae'r baban yno, wrth gwrs, ond nid yw'n cael ei enwi tan adnod 43, lle mae'n 12 oed! Mae llawer o bobl eraill nad ydynt yn cael eu henwi chwaith, sef yr holl rai oedd wedi mynd, pob un o'i dref ei hun, er mwyn cofrestru yn ôl gorchymyn y Rhufeiniaid. Yn Nrama'r Geni, byddwn yn tueddu i ychwanegu cymeriad arall nad yw'n cael ei enwi ond oedd o gwmpas, siŵr o fod, sef gŵr y llety. Weithiau mae ganddo fo wraig! Efallai fod Luc yn ceisio dweud rhywbeth wrthym ni am y baban. Ef yw'r rheswm am ein holl ddathliadau ond nid yw'n cael ei enwi; mae felly yn sefyll gyda'r holl rai dienw. Mae Iesu'n rhannu lle nid â Chesar Awgwstus, neu hyd yn oed ei rieni, ond â'r bobl ddi-nod. Tybed pwy arall oedd â rhan arwyddocaol i'w chwarae, y noson honno, ond oedd yn ddienw a distadl? Y cymeriad dychmygol yma, efallai, sy'n edrych yn ôl yn ei henaint ar enedigaeth a oedd mor gyffredin ac eto mor arbennig...

"Daeth Doctor Luc y pnawn 'ma. Dwi'n ei hoffi – mae'n dangos parch at fydwragedd fel fi. Dydy pob doctor ddim mor raslon. Meddwl eu bod nhw'n gwybod popeth, rhai ohonyn nhw, ac yn edrych i lawr arnom ni fel pobl heb hyfforddiant a heb wybodaeth go iawn. Roedd fy mam yn fydwraig, a'i mam hithau o'i blaen, a fi sydd wedi dod â bron pob babi ym Methlehem i'r byd dros y 60 mlynedd diwethaf, felly dwi'n gwybod fy stwff! Dwi wedi gweld cymaint o lawenydd, ond cymaint o dristwch hefyd. Peidiwch â sôn am Herod. Dwi ddim eisiau gwybod am Herod. Ond stori arall yw honno...

Mae Doctor Luc yn ysgrifennu llyfr am Iesu. Da, ynte! Bydd pobl eisiau gwybod, pan fydd yr hen bobl fel fi wedi mynd. Daeth i ofyn i mi am enedigaeth y Gwaredwr. Ac mi ddaeth i'r lle iawn! Roeddwn i ar ddyletswydd y noson honno. Roedd y dref fel ffair. Y Rhufeiniaid! Yn gorfodi pawb i deithio, hyd yn oed rhai fel Mair, oedd mor agos at esgor. Creulon, yn fy marn i. Mi ges i alwad i fynd i westy Soli, lle roedd y teulu bach yn aros yn y beudy, oherwydd doedd dim lle iddyn nhw yn y gwesty. Llawn dop, fel pobman arall.

Dwi wedi bod mewn llawer man i weini ar famau sy'n esgor, a wyddoch chi be, hyd yn oed os yw'r tŷ yn llanast ac yn fudr i gyd, mae'r teulu yn gwneud ymdrech i lanhau'r ystafell lle mae'r baban am gael ei eni. Dyna sut roedd hi ym meudy Soli, diolch i'r drefn. Wrth i mi gyrraedd, mi wnes i asesiad sydyn o'r sefyllfa – merch ifanc; ei babi cyntaf, mae'n debyg; bron yn barod ond yn gryf ac yn gwneud yn dda, heb arwyddion o gyfyngder. Es ati ar unwaith i dawelu ei meddwl – a meddwl y gŵr! – ac yna, yn fuan iawn, roedd y bychan wedi cyrraedd y byd. O mam bach! Roedd o'n hyfryd! Mae pob babi yn hyfryd, ond mi wyddwn yn syth fod rhywbeth arbennig am hwn. Wnaeth o grïo, wrth gwrs – digon o lais, addas iawn i bregethwr! – ond wrth iddo fo gyrraedd, roedd awyrgylch y beudy yn wahanol, rywsut, ac yn dangnefeddus. Gwenodd y fam ifanc, ac mi wnes i ddal ei llygad. Heb i neb yngan gair, fe wyddem.

Mor bell yn ôl, ac eto mor ffres yn fy nghof. Dyna beth ddywedais i wrth Doctor Luc. Mae'n mynd i roi beth ddywedais i wrtho fo yn ei lyfr am Iesu. Dwi wedi gwirioni! Y peth yw, does gan neb unrhyw feddwl o bobl fel fi. Rydyn ni'n cael ein cyfrif yn afiach, aflan, amharchus. Ond roedd agwedd Iesu'n hollol wahanol – fe garodd bawb ac fe ddaeth i waredu pawb, yn cynnwys hyd yn oed fi. Dyna beth ddywedais i wrth Doctor Luc hefyd. Dwi'n meddwl y bydd Doctor Luc yn cofio amdana i pan fydd o wrthi'n sgrifennu. Ond wyddoch chi be, wnaeth o ddim gofyn fy enw. Ta waeth. Roeddwn i yno, a dwi'n gwybod yr enw sydd goruwch pob enw, a dwi'n ei nabod o, hefyd. Iesu. Babi bach, Gwaredwr y byd."

Nadolig Llawen i chi i gyd.

Cnoi Cil

gan Gwyndaf Roberts

Fe ddywedir mai Giotto di Bondone (1267-1337), a anwyd mewn pentref gerllaw Fflorens yn yr Eidal, yw tad arlunio yn y Gorllewin. Ni ellir gwadu o syllu ar ei waith, a geir mewn eglwysi yn Fflorens, Padua a Rhufain, bod ei ddylanwad wedi bod yn bellgyrhaeddol ar y meistri a'i dilynodd. Ei gampwaith yw ***Yr Alarnad*** (1305) sy'n portreadu'r Crist marw a thristwch dwys Mair a'i ddilynwyr. Mae'r darlun hwn yn gynsail i ddarluniau eraill ar yr un testun gan artistiaid diweddarach, mwy medrus efallai, ond Giotto a osododd y patrwm na fu'n bosib i neb arall wella arno.

O 1350 ymlaen wrth i'r Dadeni Dysg fynd rhagddo fe ellir gweld dylanwad trwm yr eglwys ar gelfyddyd o bob math. Gan fod dysgeidiaeth yr Eglwys ar y gosb dragwyddol a'r purdan mor arswydus, fe ddaeth hi'n arferiad i gyfoethogion yr Eidal a thu hwnt brynu eu hachubiaeth oddi wrth yr Eglwys. Gwelir prawf o hyn mewn eglwysi ar hyd a lled y cyfandir lle ceir capeli cyfan y tu mewn i gadeirlannau wedi'u haddurno mewn modd drudfawr nid yn unig gydag aur ond â darluniau a cherfiadau ysblennydd. Gwelir penllanw'r addurno hwn yng ngwaith Michelangelo (1475-1564) ar nenfwd Capel Sistin yn ninas y Fatican. Mae'r nenfwd cyfan yn rhyfeddol ond mae un panel sef ***Creadigaeth Adda*** yn gampwaith ynddo'i hun.

Er nad oes celfyddyd o'r un safon yma ym Mhrydain fe allwn ymfalchïo yn y ffenestri lliw a welir mewn eglwysi mawr a mân. Yn Llanrhaeadr yng Nghinmeirch, Dyffryn Clwyd, fe welir un o'r ffenestri Jesse gorau a guddiwyd, oherwydd ei hysblander, allan o olwg y Piwritaniaid adeg y Rhyfel Cartref. Yn ystod yr ugeinfed ganrif fe ddenodd ffenest lliw haniaethol John Piper gryn sylw i'r Gadeirlan newydd yn Coventry. Gosodwyd y ffenest ger bedyddfaen a ddaeth yn wreiddiol o Fethlehem ond gan nad oedd digon o le i greu ffigurau, bu'n rhaid defnyddio patrymau o wahanol liwiau i awgrymu presenoldeb Duw yn ei ogoniant. Hon yw'r ffenest a ddisgrifiwyd gan Euros Bowen yn ei awdl ***Genesis*** nas gwobrwywyd yn Eisteddfod Genedlaethol Llandudno 1963.

Yr arlunydd John Petts, a fu'n byw yn Llanllechid ger Bangor am gyfnod, a luniodd un o ffenestri lliw enwocaf yr ugeinfed ganrif, sef ***Y Crist Du*** ar gyfer Eglwys y Bedyddwyr ym Mirmingham Alabama. Ffenest a geir yma i gofio pedwar plentyn du a laddwyd gan fom mewn ymosodiad hiliol. Trist deall bod y ffenest mewn peryg o gael ei cholli oherwydd effaith tywydd drwg yn y rhan honno o America. Mae campwaith arall John Petts, sef y ffenest liw i ddathlu'r Orsedd gyntaf yn 1819, yn dal i ddenu sylw yng ngwesty'r Llwyn Iorwg, Caerfyrddin ers ei gosod yno yn 1974.

Eleni fe osodwyd ffenest lliw haniaethol a gynlluniwyd gan David Hockney yn Abaty Westminster i ddathlu teyrnasiad y frenhines. Mae rhai yn beirniadu eisoes gan ddweud nad oes dim crefyddol mewn ffenest sy'n darlunio awyr, coed a chaeau ac heb wrthrych brenhinol ynddi. Bydd eraill yn baratoch i dderbyn ffenest fwy modern ei naws yn yr Abaty hynafol hwn. Pan wynebodd Ficer Dibley y broblem o ddewis ffenest newydd i'w heglwys, fe luniwyd ffenest o wydr plaen oedd yn rhoi golwg i'r addolwyr o fachlud ysblennydd yr haul. Ffordd dda mewn comedi deledu i ddweud bod creadigaeth Duw yn llawer iawn gwell na chreadigaeth pobl.

Prin yw'r cyfle i lawer ohonom gael gweld darluniau'r meistri ond wrth i dymor cardiau Nadolig ddod unwaith eto gallwn anfon cyfarchion sy'n cyflwyno rhai o ddarluniau crefyddol yr oesoedd. Mae gan bawb ei ffefrynnau, wrth gwrs, ond i mi mae dau artist yn fwy amlwg na'r gweddill gyda darluniau'r Nadolig. Peintiodd Georges de la Tour (1593-1652) ***Addoliad y Bugeiliaid*** (1645), gan roi inni ddarlun o'r teulu sanctaidd a'r amaethwyr cyffredin wedi'u goleuo yn gelfydd i ddangos tawelwch a natur addolgar yr ymwelwyr. Campwaith de la Tour yw ***Y Newydd Anedig*** gyda'r baban yn y canol ar lin ei fam, wedi'i oleuo gan gannwyll sydd gan ei nain. Mae'r goleuni sydd i'w weld yn llygaid y ddwy wraig yn adlewyrchu cariad mam a chariad Duw yn berffaith.

Peter Bruegel yr Hynaf (1525-1569) yw arlunydd y Nadolig a'r gaeaf. Ei ddarlun enwocaf yw ***Yr Helwyr yn yr Eira*** (1565) lle gwelir tri gŵr a'u cŵn yn dod adref trwy'r eira trwchus ar ddiwrnod blinedig ac aflwyddiannus. Mae rhai yn y llun wrth eu gwaith tra bo eraill yn sglefrio ar y rhew. Er mai ***Cyfrifiad ym Methlehem*** yw ei ddarlun Nadolig enwocaf; pentref yn yr Iseldiroedd a welwn dan eira gyda Mair a Joseff yn agosáu at y gwesty a man y cyfrifiad. Mae'r teulu sanctaidd ymhlith pobl ond does neb yn rhoi sylw iddynt. Mae bywyd a dyletswyddau pob dydd yn mynd yn eu blaen er bod genedigaeth Ceidwad y byd ar y trothwy.

Gellir teimlo'r oerfel yn narlun Bruegel, ***Addoliad y Doethion*** (1563). Mae'r eira gwlyb yn disgyn a phrin y gellir gweld y doethion yn ymgrymu ger y crud. Mae mwyafrif y bobl sydd yn y darlun yn crymu wrth ymdrechu i gerdded trwy'r eira a chwblhau eu gwaith beunyddiol. Mae'r darlun hwn yn chwyldroi'r ffordd o drin testun crefyddol a'r dull o beintio golygfa o dirlun dan eira. Mae Bruegel yn rhoi'r crefyddol yng nghanol bywyd bob dydd gwerin yr Iseldiroedd.

Tasg yr eglwys heddiw yw dod â'r sanctaidd yn ôl i fywydau pobl yn yr un modd ag y gwnaeth Bruegel yn ystod ei gyfnod byr o 44 mlynedd ar y ddaear.

Rhowch Osteg i wrando gwirionedd yn gryno

gan y Canon Idris Thomas

Dau Ddolig yn ôl cafwyd erthygl codi calon go iawn gan Archesgob Efrog. Wrth gyfeirio at Loegr soniodd fod dros dair miliwn o bobl o bob oed wedi mynychu Eglwysi Anglicanaidd dros yr Ŵyl. Ond yr hyn a ddaliodd fy sylw'n fwy na dim oedd ei gyfeiriad yn yr erthygl at yr hyn a alwai yn "bite sized Carol Services" neu Garolau'n Gryno. Y syniad mewn Eglwysi yng nghanol strydoedd prysur dinasoedd, trefi a phentrefi mawrion yn ystod dyddiau'r wythnos, gan gychwyn rai wythnosau cyn yr Ŵyl, oedd cynnal gwasanaethau ugain munud a dim mwy lle gallai siopwyr blinedig gyda'u bagiau llawn, droi i mewn a gadael prysurdeb y stryd. Ar ôl dod i mewn ac eistedd daeth cyfle i ganu dwy neu dair carol adnabyddus, gwrando ar un darlleniad Beiblaidd cyfarwydd am yr Ŵyl, ynghyd â gweddi fer, berthnasol, Nadoligaidd. Byddai'r pwyslais i gyd ar ei wneud yn syml, addas a dealladwy er mwyn i bawb a ddeuai i mewn i dawelwch addoldai ddod i gysylltiad â stori'r gwir Nadolig. Y defosiwn i gyfleu gwir ystyr hynny cyn i'r bobl fynd yn ôl unwaith eto i sŵn a bwrlwm y strydoedd a'r siopau i barhau eu siopa Dolig.

Clywaf rai yn gofyn, a lwyddodd y syniad? Wel yng Nghaerfaddon yn yr Eglwys enwog (yr Abaty fel y'i gelwir) daeth cyfanswm o ddeng mil o bobl i'r gwasanaeth hwn – doedd dim un sedd wag mewn unrhyw wasanaeth ac roedd canran dda o'r bobl hyn yn rhai na fynychai addoldai yn ffyddlon. Dyna hefyd oedd y stori ymhob man arall lle cafwyd Carolau'n Gryno. Mae gollwng popeth fel y gwnaeth y siopwyr modern yn adlewyrchu'r hyn a welwn yn hanes rhai o brif gymeriadau stori'r Geni. Roedd neges yr Angel i'r bugeiliaid tlawd ar lethrau Bethlehem mor gynhyrfus nes iddynt hwy ollwng popeth, a doedd gadael y defaid, sef eu cynhaliaeth, ddim yn beth hawdd iddynt. Ond i lawr â hwy i ddinas Dafydd i weld beth oedd yn arbennig am fabi bach y soniodd yr Angel amdano ac a anwyd mewn stabl. Roedd gweld seren newydd yn ddigon i'r Tri Gŵr Doeth ollwng y cyfan yn y Dwyrain pell a chychwyn ar daith hir a pheryglus er mwyn gweld beth oedd Duw wedi ei ddarparu iddynt ar ddiwedd y siwrne. Byddwch chi, ddarllenwyr, a miliynau eraill ar draws y byd y Nadolig hwn eleni eto yn gadael popeth arall am ryw awr a mynd i addoldy i ddathlu'r Newyddion Da fod "un bach wedi ei rwymo mewn dillad baban, ac yn gorwedd mewn preseb". Gwir yw dwy linell olaf cerdd y bardd T. Glynne Davies sef "Hen Stori", y Nadolig hwn eto eleni -

"Mae'r byd o hyd yn barod i gymryd Gwaredwr,
A fuo fo rioed yn aeddfetach na'r ennyd hon".

Y Cadeirydd yn pregethu yn y gwahanol Ardaloedd

RHAGFYR 2018

2 Bathafarn
9 Ceredigion
16 Dyffryn Clwyd a Bathafarn
23 Glannau Meirion a Dyfi
30 Glannau Maelor

IONAWR 2019

6 Glannau Meirion a Dyfi
13 Ceredigion
20 Y Trallwng
27 Dyffryn Clwyd

Gweddïwn am fendith Duw ar ymweliadau'r Cadeirydd ac ar bawb sy'n pregethu'r Efengyl.

Capel Ni yn Eglwys Iesu

Bethel, Prestatyn

YR YSGOL SUL
Croeso cynnes iawn i Matty, ffrind Ana (merch Sam a Sarah), sydd wedi ymuno â'r Ysgol Sul. Ein thema am yr hanner tymor hwn yw 'Bod yn garedig a helpu ffrindiau'. Rydym wedi bod yn dysgu am Y Claf o'r Parlys, Bartimeus, Merch Jairus, Y Samariad Trugarog a Sacheus.

PEN-BLWYDD HAPUS
Pen-blwydd hapus iawn i Rachel a Lili – a nifer o rai eraill! Mae ein harferiad o ganu 'Pen-blwydd Hapus' yn un llawen a gwerthfawr iawn.

DYMUNIADAU GORAU
Gweddïwn dros ein holl aelodau sydd ym methu mynychu'r oedfaon oherwydd gwaeledd a bod yn gaeth i'w cartrefi. Cofiwn yn arbennig am Mr Iwan Davies sydd wedi bod yn dra gwael. Cofion annwyl at Eirlys a'r teulu.

BORE GOFFI MACMILLAN
Cynhaliwyd Bore Goffi Mwya'r Byd i Nyrsys Macmillan ar fore Gwener Medi 28ain; ar y bore Sul canlynol y gwnaethom ninnau gynnal Bore Goffi, yn dilyn ein hoedfa. Diolch o galon i bawb am fod mor hael unwaith eto. Cawsom roddion o arian a chacennau, ynghyd â chwmni difyr. Codwyd £150 i'r achos teilwng hwn.

NOSON GYMDEITHASOL REHOBOTH A BETHEL
Cawsom noson arbennig yn ddiweddar gyda'n cyfeillion o gapel Rehoboth, Prestatyn. Mwynhawyd cinio blasus tri chwrs ac wedyn adloniant.

PANED A SGWRS
Mae Paned a Sgwrs yn parhau ac mae croeso cynnes i bawb ymuno â ni rhwng 10.00 a 11.30 y.b. Mae'r grŵp wedi talu am finiau sbwriel newydd i'r toiledau yn ystod y mis diwethaf.

MERCHED METHODISTAIDD
Diolch o galon am gefnogaeth pawb a ddaeth i gyfarfod yr Hydref yng Nghaernarfon. Fe wnaethom fwynhau'r cyfle i sgwrsio â'n chwiorydd o gapeli eraill. Arweiniwyd y cyfarfod gan ein llywydd newydd, Mrs Elizabeth Jones, a chafwyd sgwrs hynod o ddiddorol gan Mrs Margaret Morgan am 'Yr Eglwys ddementia-gyfeillgar'. Diolch i chwiorydd Caernarfon am drefnu'r te ac i Mrs Rona Morris, Llanrhaeadr ym Mochnant, am drefnu'r bws.

Y GYMDEITHAS LENYDDOL
Agorwyd tymor newydd y Gymdeithas ar nos Iau Hydref 18fed gyda Swper Cynhaeaf a sgwrs gan Mr John Morris Jones ar y testun 'Robert'. Diolch yn fawr am y rhoddion o fwyd blasus i'r swper.

YMWELIAD CARYL A BRYN TERFEL
Pleser oedd croesawu Caryl a Bryn Terfel i Fethel i recordio rhaglen deledu am y diweddar Mr Rhys Jones, tad Caryl. Bu Rhys yn aelod ffyddlon a gweithgar iawn yma. Anfonwn ein cofion arbennig at Mrs Gwen Parry Jones, hithau hefyd yn aelod ffyddlon ac yn awr yn aros mewn cartref gofal.

GOHEBYDD . GWENDA HUMPHRIES

Tabernacl, Llanfyllin

SUL Y TEULU
Cynhaliwyd oedfa undebol Sul y Teulu yng Nghapel y Tabernacl ar Fedi 9fed. Cymerwyd rhan gan Bethan Jones, Brenda ac Elain, Roy Griffiths, Eos Jones a Tom Ellis a chafwyd oedfa fendithiol. Cyhoeddwyd bod y Te Prynhawn yn Villa Norge, cartref Decia Blacker, wedi codi £315 er budd Gweithredu Dros Blant. Cawsom Sul y Teulu bendithiol unwaith eto ym mis Hydref pan gymerwyd rhan gan Alwena Francis, Dewi Hughes, Richard Lloyd, Margaret Blainey a Tom Ellis. Yr organydd yn y ddau wasanaeth oedd Eldrydd Jones.

CYFEILLION DRWS AGORED
Yng nghyfarfod Cyfeillion Drws Agored ym mis Medi, daeth Darren Mayor â'i fws mawr coch – Bws Tîm Impact yr Ysgolion – at festri'r Tabernacl a chafwyd sgwrs am y gwaith a wneir ganddo ef a'i dîm yn ysgolion yr ardal. Cafodd yr aelodau gyfle i weld tu mewn i'r bws a chlywed sut y cyflwynir gwerthoedd Cristnogol i'r plant mewn dulliau cyfoes.

Mwynhawyd Swper Cynhaeaf yn festri'r Tabernacl eto eleni, pan gawsom ein diddanu gan Cadi Davies, y ferch ifanc dalentog o Lansilin. Bu Cadi'n canu amrywiaeth o alawon ar y delyn, canu cerdd dant a chlocsio, gan gyflwyno'r eitemau yn ddiddorol. Noson ardderchog i ddechrau Gŵyl y Cynhaeaf! Mrs Mair Ellis wnaeth y trefniadau a pharatowyd y bwyd gan aelodau a ffrindiau Drws Agored.

DIOLCHGARWCH
Cynhaliwyd cyfarfodydd undebol Diolchgarwch eleni yng Nghapel Pendref o dan lywyddiaeth Mr Richard Lloyd. Yng nghyfarfod y plant cymerwyd rhan gan blant yr Ysgol Sul Undebol a'u hathrawon a'u rhieni, gydag Eldrydd Jones wrth yr organ, ac aeth y casgliad tuag at elusen Nyrsys Macmillan. Cafwyd cyfarfod bendithiol hefyd yn yr hwyr. Y pregethwr gwadd oedd y Parchedig John Gwilym Jones ac fe'i croesawyd gan y Parchedig Gwyndaf Richards. Yr organydd oedd Pauline Jones.

SUL Y BEIBL
Cynhaliwyd oedfa flynyddol undebol Sul y Beibl yn Eglwys Myllin Sant o dan arweiniad Glyn Evans. Cafwyd darlleniadau gan Eva Roberts a Mair Ellis. Yr organydd oedd Pauline Jones a darparwyd paned yn y festri gan Ann Evans a Myra Price.

DYMUNIADAU GORAU
Dymunwn yn dda i Rhoswen Charles yn dilyn ei gwaeledd, hefyd i Llywela Roberts. Anfonwn ein cofion at Kelly Roberts, Bodyddon Isaf. Llongyfarchiadau i Megan Jones ar ddod yn hen nain – Delyth a Carwyn wedi cael merch fach, Becca Angharad. Dymunwn hefyd fendithion yr Ŵyl i bawb.

GOHEBYDD . ROBIN HUGHES

Pont Robert

CYDYMDEIMLO
Er yn ddiweddar rydym yn cydymdeimlo'n gywir iawn â Llinos a Bryan Jones Tynywig. Bryan wedi colli perthynas agos mewn damwain car ac yntau ond yn 18 oed.

CYFARFOD DIOLCHGARWCH
Mr John Ellis o Lanfyllin ddaeth atom eleni i gynnal ein Gŵyl Ddiolchgarwch a chawsom oedfa fendithiol iawn. Hyfryd

oedd cael croesawu ei wraig Pat hefyd. Llinos Jones oedd wedi trefnu'r blodau; y cyfeilydd oedd Bronwen Gwalchmai; Bryan Jones a wnaeth y diolchiadau a'r cyhoeddiadau, gan groesawu hefyd aelodau capeli'r Annibynwyr oedd wedi ymuno â ni. Mwynhawyd paned ar y diwedd a chyfle am sgwrs.

GOHEBYDD . MARGARET BLAINEY

Bethel, Rhiwbeina

GWASANAETHAU

Yn ystod Medi cawsom gwmni'r Parchedig D. Andrew Jones, Mrs Helen Jones, ac am y tro cyntaf ym Methel, croesawyd Mr Delwyn Siôn. I ddechrau ac i gloi'r mis ein gweinidog y Parchedig Evan Morgan oedd yn gwasanaethu a chynhaliwyd y Cwrdd Diolchgarwch ar Sul olaf mis Medi. Yn ystod Hydref cawsom wasanaethau dan arweiniad y Parchedigion Evan Morgan, Glyn Tudwal Jones a Dafydd Owen, a Mr Gwyndaf Roberts. **Cynhelir gwasanaeth bob bore Sul ym Methel am 10.15 ac estynnir croeso cynnes i bawb**.

Y GYMDEITHAS

Ar Fedi 25 aeth criw o'r capel am dro i Insole Court, Llandaf. Gyda'r haul yn gwenu, bu cyfle i fwynhau'r gerddi ac i ymuno am baned a sgwrs yn y Cwt Potiau. Aeth criw o'r capel hefyd i gerdded ym Mharc y Rhath ar Hydref 9fed. Roedd yn gyfle i fwynhau lliwiau hydrefol y coed ar fore heulog.

LLONGYFARCH

Llongyfarchiadau i Lewis a Sylvan ar eu llwyddiant yn yr arholiadau Lefel A. Dymuniadau gorau i chi gyda'ch astudiaethau yn Lerpwl a Glasgow.

NEWYDDION DA

Hyfryd oedd clywed fod gan Julie a Wyn Jones ŵyr bach newydd. Ganwyd Elis Wyn i Gareth a Hayley ac mae Elis yn frawd bach i Erin.

AELODAU NEWYDD

Pleser oedd croesawu dau aelod newydd i'n plith sef Carys a Dilwyn Jones. Maen nhw ar fin ymgartrefu yn yr Eglwys Newydd.

BORE COFFI

Cynhaliwyd Bore Coffi yng nghapel Bethel ar 27 Tachwedd, gyda'r elw yn mynd tuag at Brosiect y Digartref yn Salem Caerdydd.

GOHEBYDD . GWILYM E. ROBERTS

Ebeneser, Treuddyn

ER COF ANNWYL

Trist iawn oedd clywed am farwolaeth Mrs Gwyneth Jones, a fu'n aelod ffyddlon a gweithgar o'r capel am flynyddoedd lawer. Bydd gan lawer atgofion melys ohoni fel athrawes Ysgol Sul. Cynhaliwyd ei hangladd yng nghapel Ebeneser dan ofal ein gweinidog y Parchedig Eirlys Gruffydd Evans gyda Mrs Margaret Roberts wrth yr organ. Anfonwn ein cydymdeimlad cywiraf at ei merch Olga, a'r teulu cyfan.

DYMUNIADAU DA

Hoffem anfon ein llongyfarchiadau cynhesaf at Maldwyn a Margaret Roberts a ddathlodd eu Priodas Aur ddechrau mis Hydref. Hefyd, yr un modd i Fergus a Glenys Davies a oedd yn dathlu eu Priodas Aur ddiwedd yr un mis. Dymunwn bob bendith a hapusrwydd i Mr Ron a Mrs Eunice Griffiths yn eu cartref newydd yn Hafan Deg.

Cynhelir ein Gwasanaeth Carolau blynyddol am 2.30 y prynhawn ar ddydd Sul, Rhagfyr 23ain dan ofal ein gweinidog y Parch Eirlys Gruffydd Evans. Croeso cynnes iawn i bawb ymuno â ni. Bydd lluniaeth ysgafn yn dilyn y gwasanaeth. *Gwasanaeth dwyieithog*. **Croeso cynnes i bawb.**

GOHEBYDD . GLENYS DAVIES

Ebeneser, Dolgellau

ER COF ANNWYL

Trist ydyw nodi inni gynnal dau Wasanaeth Angladdol yn Ebeneser yn ddiweddar. Cynhaliwyd angladd Mrs Mary Dillon, a fu farw ar ôl gwaeledd hir, ar 21 Medi. Hefyd ar 15 Hydref bu farw Mr Geoffrey Owen, gŵr Mrs Pat Owen sy'n organydd yn Ebeneser. Cafwyd gwasanaeth i gofio ei fywyd ar 31 Hydref. Cydymdeimlwn â'r ddau deulu yn eu colled.

TRIP Y CAPEL

Eto eleni trefnwyd gwibdaith i aelodau a ffrindiau Ebeneser gan y Chwaer Eluned Williams. Aethpwyd ar y bws naw o Ddolgellau i Gaer (newid yn Wrecsam), yna taith mewn cwch ar y gamlas tra'n mwynhau cinio da, ac yna nôl i Ddolgellau ar y bws. Diolch yn fawr i Eluned am ei threfniadau trylwyr. Roedd y diwrnod yn un pleserus iawn. Edrychwn ymlaen am un y flwyddyn nesaf!

GOHEBYDD . GWYNETH MEREDITH

Pisgah, Rhiwlas

LLWYDDIANT

Llongyfarchiadau i Osian Wyn Rowlands am ennill tystysgrif platinwm yn seremoni graddio Blwyddyn 7, Ysgol Dyffryn Ogwen, am ymdrech, presenoldeb a gwaith o'r safon uchaf dros y flwyddyn. Mae Osian hefyd wedi llwyddo yn ei arholiad piano, gradd 3.

BEIRNIADU

Braf oedd gweld Einir Wyn-Williams ar banel beirniadu yn yr Adran Canu Gwerin yng Ngŵyl Gerdd Cymru, a gynhaliwyd ym Mlaenau Ffestiniog eleni.

DERBYN TYSTYSGRIF

Cyflwynodd ein gweinidog y Parchedig Richard Gillion dystysgrif i Gareth Williams yn dynodi "Gwasanaeth hirdymor cenhadaeth yr ifanc dros bawb". Da iawn ti, Gareth.

GOHEBYDD . EINIR WILLIAMS

Salem, Rhyd y Foel

DIOLCHGARWCH

Ddydd Sul Hydref 21ain cynhaliwyd ein gwasanaeth Diolchgarwch am y Cynhaeaf o dan arweiniad Mrs Gwenda Humphries. Gwasanaeth arbennig y plant oedd hwn – a phawb, yn blant ac oedolion, wedi mwynhau yn fawr iawn. Roedd tua hanner cant yn bresennol gan gynnwys un ar ddeg o blant, a oedd wedi dod â llysiau a ffrwythau i'w gosod yn y tu blaen. Cawsom hefyd gwmni cyfeillion o gapel Hyfrydle, Betws yn Rhos. Roedd Esther a Menna wedi addurno'r capel yn hyfryd gyda blodau a chynnyrch y Cynhaeaf. Cafwyd paned a bisgedi yn y festri ar derfyn y gwasanaeth.

AELODAU NEWYDD

Pleser mawr yw cael croesawu dau aelod newydd i Salem sef Mr J D Roberts, Ty'n Ddol, Dawn a Mrs Catherine Blythin, Crud yr Awel, Rhyd y Foel.

PERERINDOD

Ddydd Sul Medi 16eg fe drefnodd Miss Esther Roberts i aelodau a chyfeillion Salem fynd ar bererindod i Dŷ Ddewi. Cawsom gyfle i fynd o amgylch y Gadeirlan ac yna mynychu gwasanaeth Gosber. Draw wedyn i westy'r Woolfscastle a chael cinio ac aros y noson. Y diwrnod wedyn, galw

Thema Bywyd Ysbrydol

gan Delyth Wyn Davies

Yn ystod y flwyddyn rhwng Medi 2018 a Medi 2019, ein gobaith yw y bydd pawb yn Synod Cymru yn fodlon meddwl am thema benodol sef Bywyd Ysbrydol. Dyma'r gyntaf o'r chwe thema y gobeithiwn ganolbwyntio arnynt, yn sgil y cyfan a ddaeth i'r amlwg wrth adolygu bywyd Synod a Chylchdaith Cymru yn ddiweddar. Ym mhob rhifyn o'r *Gwyliedydd* bwriedir cyhoeddi myfyrdod, ynghyd ag ambell gwestiwn, i'n helpu gyda'r gwaith (gweler erthygl Bet Holmes, isod).

Daeth grŵp at ei gilydd i geisio meddwl i beth y dylid rhoi blaenoriaeth o dan y thema hon. Mae'r chwe phennawd isod yn dangos trywydd y trafodaethau. Cynigir yma rai syniadau y gallwch eu hystyried a rhestrir amrywiol adnoddau a all fod yn ddefnyddiol i helpu eglwysi a grwpiau i ddatblygu eu bywyd ysbrydol:-

- **Beth yw bywyd ysbrydol?**

Anogir eglwysi ac ardaloedd i ystyried a thrafod beth yw bywyd ysbrydol. Gallwn fyfyrio a gweddïo gan feddwl am ein profiad o Dduw. Pwysigrwydd bod yn ddiolchgar a chofio mor rhyfeddol yw pob dydd a bod Duw yno 24/7. Disgwyl am Dduw a'r Ysbryd Glân yn ein profiad o ddydd i ddydd. Pwysigrwydd myfyrdod / gweddi bersonol ar ddechrau a diwedd y dydd.

Adnoddau:
Ar gyfer myfyrdod dyddiol personol *A Word in Time*- www.methodist.org.uk/our-faith/the-bible/a-word-in-time
The Methodist Prayer Handbook http://www.methodist.org.uk/our-faith/prayer/methodist-prayer-handbook
Gair y Dydd, gol. Pryderi Llwyd Jones, adnodd defosiwn dyddiol Cymraeg, Gwasg y Bwthyn
Blwyddyn gyda Iesu, Selwyn Hughes, addas. Meirion Morris
Agor Y Gair Gyda Mari, 26 darlleniad a myfyrdod yn seiliedig ar daith Mari Jones a rhai awgrymiadau i'ch helpu i wneud cysylltiad rhwng geiriau'r Beibl a'ch bywyd chi heddiw, Christine Daniel, Cymdeithas y Beibl
Adnoddau cyffredinol www.methodist.org.uk/our-faith - llawer o wybodaeth ac adnoddau o dan y penawdau *Life and faith, prayer, the Bible, worship, reflecting on faith*

- **Pwysigrwydd darllen y Beibl a gweddïo gyda'n gilydd**

Grŵp astudiaeth Feiblaidd rheolaidd
Cyfarfod gweddi rheolaidd
Cynnal astudiaeth yn lle un oedfa'r mis
Grwpiau tai
Cynnal digwyddiadau gweddi megis gweddi 24-7, gorsafoedd gweddi, labrinth a theithiau cerdded gweddi

Adnoddau:
Cwrs Y Ffordd, Undeb yr Annibynwyr www.annibynwyr.org/y-ffordd-3
Cwrs Grawys *Exploring spiritual practices* gydag adnoddau i'w lawrlwytho o wefan yr Eglwys Fethodistaidd www.methodist.org.uk/our-faith/worship/lent-and-easter/exploring-spiritual-practices
50 days to let your life speak – sesiynau yn arwain at y Pasg i'w lawrlwytho http://www.methodist.org.uk/our-faith/worship/lent-and-easter/lent-and-easter-resources/50-days-to-let-your-life-speak
Great 50 days following Jesus llyfryn defosiwn dyddiol/adnodd grŵp bach ar gyfer Pasg, Dyrchafael a Phentecost

Bywyd Ysbrydol

gan Bet Holmes

"Oherwydd myfi sy'n gwybod fy mwriadau a drefnaf ar eich cyfer," medd yr Arglwydd, "bwriadau o heddwch, nid niwed, i roi ichwi ddyfodol gobeithiol." (Jeremeia 29:11)

Mae llawer iawn o gyfarfodydd busnes eglwysi a chapeli yn cychwyn gydag amser o ddefosiwn, a dyna fel y bu yn Durham ym mis Ebrill eleni, mewn cyfarfod Saesneg ei iaith. Rhoddwyd i bob un yno daflen gyda llawer o adnodau o'r Ysgrythur arni, a chawsom ni oll gyfle i fyfyrio ar un, neu ragor, ohonynt.

Dyma beth hoeliodd fy sylw: *"Know for certain the plans I have for you, says the LORD, plans to do good for you and not harm, to give to you a future full of hope".* Dwi ddim yn gwybod hyd heddiw pa gyfieithiad Saesneg oedd ar y daflen, er fy mod i wedi chwilio'n galed, ond dechreuais i feddwl amdano, a'i drosi i'r Gymraeg: *"Cei wybod yn sicr y cynlluniau sydd gyda fi ar dy gyfer, medd yr Arglwydd, cynlluniau er dy les ac nid er niwed, i roi i ti ddyfodol llawn gobaith".* Anodd imi egluro cymaint o gysur oedd y geiriau hyn i fi. Roeddwn wedi cael gaeaf anodd ar ôl colli fy nhad, a threulio'r Nadolig am y tro cyntaf heb gwmni neb o'm teulu. Roeddwn wedi teimlo'n unig iawn - ond dyma Dduw yn f'atgoffa bod lle gyda fe yn fy mywyd, a lle gyda fi yn ei waith.

Ond os edrychwch ar y dyfyniad ar ben yr erthygl hon, fe welwch chi fy mod i wedi cam-ddeall yr adnod. *You* yn unig sydd gan yr iaith fain i gynrychioli *ti* a *chi*, ac nid wrth berson unigol fel fi yr oedd y proffwyd Jeremeia yn siarad. Roedd yn siarad â phob un o bobl Israel oedd wedi cael ei gaethgludo i Fabilon. Roedd y neges i bawb. Ac nid am y dyfodol agos y mae'n sôn chwaith: *"pan gyflawnir deng mlynedd a thrigain i Fabilon, ymwelaf â chwi a chyflawni fy mwriad daionus tuag atoch, i'ch adfer i'r lle hwn"* (29:10).

Y cwestiwn sy'n codi yw: a oeddwn i'n iawn i ddefnyddio'r neges yn y ffordd bersonol y gwnes i? Mewn theori, nac oeddwn. Ond o safbwynt fy mywyd ysbrydol personol i, oeddwn. Roedd angen help

- **Ffordd o fyw/Disgyblaeth Gristnogol**

Deled dy deyrnas / *Thy Kingdom come* www.methodist.org.uk/our-faith/prayer/thy-kingdom-come mudiad gweddi gyda phwyslais ar weddi rhwng y Dyrchafael a'r Pentecost Deunydd gweddi ar gael yn Gymraeg.
Dilyn cwrs *Holy Habits*, Andrew Roberts, yn seiliedig ar y deg arfer a welwyd yn yr Eglwys Fore (Actau 2.42-47)
Meithrin Arweinyddion newydd o fewn yr eglwys
Cynnal pererindod /encil

Adnoddau:
Llyfrynnau Holy Habits, cyhoeddwyr BRF
Clonc a sgwrs (Table Talk yn Gymraeg) – gêm sgwrsio sy'n creu cyfleoedd i archwilio rhai o gwestiynau mawr bywyd
Emaus: Ffordd y Ffydd – Tyfu fel Cristion – cynllun hyfforddi cydenwadol i groesawu pobl i'r ffydd Gristnogol

- **Teimlad o berthyn**

Adfer/dechrau'r syniad o 'class' a datblygu arweinwyr 'class', cynullydd bugeiliol. Yn arwain at ddisgyblaeth Gristnogol, ymdeimlad o berthyn, gofal bugeiliol, yn y traddodiad Methodistaidd.
Cymdeithas neu Gymdeithas Lenyddol
Creu cyfleoedd i gymdeithasu, e.e. paned wythnosol, clwb gwau (neu ddiddordeb arall) cinio cymunedol, clwb darllen, dathliadau arbennig, te parti, trip, taith gerdded, picnic, barbeciw, pryd bwyd, cyngerdd, twmpath, stondinau ac arwerthiant.

Adnoddau:
Wrth fy enw
Y Gwyliedydd
The Methodist Prayer Handbook
'Encircled with care' – cynllun yr Eglwys Fethodistaidd ar gyfer Ymwelwyr Bugeiliol

- **Creu brwdfrydedd/oedfaon na ellir eu colli**

Disgwyl yr Ysbryd Glân. Llawenhau. Ymdeimlad o Dduw.
Defnyddio'r Llithiadur i sicrhau sylw a phwyslais ar y gwyliau Cristnogol.
Trwytho oedfa mewn gweddi:
Annog aelodau'r gynulleidfa i weddïo cyn dod i oedfa
Argymell gweddi gan stiward/blaenor cyn yr oedfa
Annog pregethwyr, arweinyddion addoli i weddïo ar ddechrau oedfa gan fynegi disgwyliad o bresenoldeb Duw – galwad i addoli, gweddi agoriadol neu ddefnyddio tawelwch

Adnoddau:
ROOTS Cynllun dysgu ac addoli ar gyfer pob oed gyda ffocws bob wythnos ar un o ddarlleniadau'r llithiadur yn cynnwys paratoi at bregethu, gwasanaeth pob oed, ysgol Sul ac astudiaeth Feiblaidd.
Ceir amrywiaeth o weddïau Cymraeg ar gyfer adegau gwahanol mewn addoliad a thaflen i blant yn Gymraeg.
Ei Orsedd Rasol Ef, casgliad o weddïau gan y Pregethwr Lleol John Birch, addas.
Dewi Myrddin Hughes, Cyhoeddiadau'r Gair
Syniadau i eglwysi ar wefan www.beibl.net

- **Y gymuned / anghenion lleol**

Gweld ein hunain fel rhan o'r gymuned ehangach a phwysigrwydd y ffordd byddwn yn ymddwyn. Bod yn ymwybodol o bethau o'n cwmpas, bod yn effro i angen pobl o'n cwmpas.
Cymryd y cyfle i adeiladu perthynas efo pobl y deuwn ar eu traws bob dydd.
'Ni ydi'r Beibl y mae pobl y tu allan i'r eglwys yn ei ddarllen'.
Cefnogi Banc Bwyd
Agor y Llyfr
Bugeiliaid y stryd
Mynd i gartrefi gofal – cynnig y cyfle i addoli i rai tu allan i'r eglwys
Gweithgaredd mewn caffi neu dafarn
Cefnogi achosion da lleol

Adnoddau:
Gellir prynu llyfrynnau pwrpasol ar gyfer ymweliadau bugeiliol ar achlysuron arbennig gan Gyhoeddiadau'r Gair:
Gair o Gysur mewn Gofid a Galar
Gair o Gysur mewn Gofid a Gwaeledd
Wele, cawsom y Meseia – Nadolig
Mi wn fod fy Mhrynwr yn fyw – Pasg

Duw arnaf, a dyma ei ffordd ef o'm cefnogi a rhoi nerth i fi. Diolch fo iddo am hyn.

Ydych chi'n teimlo bod Duw yn siarad â chi yn uniongyrchol, trwy'r Ysgrythur, neu o achos pregeth neu emyn, neu mewn ffordd arall? Pa effaith mae'n ei chael arnoch?

Ydych chi'n teimlo fel rhan o bobl Duw, cwmpeini o gredinwyr sy'n ymestyn nôl trwy'r canrifoedd i amser Iesu ei hunan, a hyd yn oed i blant Israel a chyfnod Jeremeia? Pa effaith mae hyn yn ei chael arnoch?

Ydych chi'n credu bod cynlluniau gan Dduw ar ein cyfer, cynlluniau er ein lles ac nid er niwed, i roi i ni ddyfodol llawn gobaith? Ac nid i ni nawr yn unig, ond i'n plant a phlant ein plant? A pha effaith mae hyn yn ei chael arnoch?

Carol Nadolig

Ganwyd inni draw ym Methlem
Frenin Nef ar wely gwair,
wedi'i rwymo mewn cadachau,
plentyn Duw o'r Forwyn Fair.

Clywai fref yr ych a'r ddafad,
gwelai seren uwch ei ben
ddaeth â'r doethion a'r bugeiliaid
i roi clod i D'wysog nen.

Gorwedd yno wnâi yn dawel,
gofal mam a'i cadwai'n glyd;
gwyddai hi mai'r baban yma
fyddai gobaith euog fyd.

Mona Hughes

yng Ngerddi Botaneg Cymru, Llanarthne. Ymlaen wedyn i Lanymddyfri – ymweld â chapel coffa'r Pêr Ganiedydd, William Williams, Pant y celyn. Gwelsom y man ym mynwent Eglwys y Santes Fair, Llanfair ar y Bryn, lle rhoddwyd ei weddillion i orffwys a'r garreg goffa iddo ef a'i deulu. I'r Trallwng wedyn am swper cyn troi am adref a phawb wedi mwynhau yn fawr ac yn canmol. Diolch i Esther am y trefniadau trylwyr ac i Raymond, gyrrwr bws Arvonia, am ei wasanaeth rhagorol ac ystyriol.

CYDYMDEIMLO
Anfonwn ein cydymdeimlad at Ruth a Hywel Roberts ym marwolaeth gor fodryb i Hywel a gor gor fodryb i Beth a Steffan sef Mrs Maria Parry Heward, Llandudno a hithau yn 108 oed.

COFION
Anfonwn ein cofion at ein haelod hynaf sef Miss Kathleen Williams sydd wedi cael llawdriniaeth yn Ysbyty Gwynedd.

GOHEBYDD . SIÂN PRICE

Eglwys Unedig Colwyn

GWASANAETH ANGLADD
Yn Horeb, o dan ofal y Parchedigion R Ifor Jones a Roger Roberts, cynhaliwyd gwasanaeth angladd Miss Nesta Hughes. Oherwydd afiechyd nid oedd Nesta wedi gallu dod i'r gwasanaethau ers peth amser ond bu'n aelod ffyddlon a gweithgar am flynyddoedd lawer.

CAROLAU
Cynhelir y Cyfarfod Carolau elusennol blynyddol yn Horeb ar nos Fercher Rhagfyr 12fed am 7 o'r gloch. Yn cymryd rhan ar y noson bydd Callum Mckay, Côr Meibion Colwyn a Chôr Ysgol Llandrillo yn Rhos. Yr organydd fydd Mr Gwyn Jones. Bydd y casgliad ar y noson yn cael ei rannu fel arfer rhwng Hosbis Dewi Sant a Tŷ Gobaith.

CROESO
Ar 21 Hydref cawsom y pleser o groesawu Rhian, Geoff, Haf ac Osian, aelodau o deulu Roger, i'n plith. Braf iawn oedd cael eu cwmni.

DYMUNIADAU DA
Anfonwn ein cofion annwyl a'n dymuniadau gorau am wellhad buan at Mrs Rhian Jones ac at nifer o rai eraill sydd mewn gwaeledd. Rydym yn falch iawn fod Marian yn gwella ar ôl torri ei garddwrn. Dymunwn Nadolig Llawen i chwi oll.

GOHEBYDD . RHIANNON JONES

Ebeneser, Eglwysbach

DIOLCHGARWCH
Ar nos Sul, Hydref 14eg, cynhaliwyd ein cyfarfod Diolchgarwch o dan arweiniad y Parchedig Philip Barnett. Roedd yn bleser croesawu Philip a Catherine yn ôl i Ddyffryn Conwy. Diolch i Mrs Deryl Jones am y trefniant blodau ac i Mrs Diana Hughes am gyfeilio.

GOHEBYDD . CHARLES CRAPPER

Preswylfa, Cyffordd Llandudno

DIOLCHGARWCH
Cynhaliwyd cyfarfodydd undebol Dydd Llun Diolchgarwch ym Mhreswylfa eleni, o dan lywyddiaeth y Parchedig Blodwen Jones. Yr organydd oedd Mrs Jane Jones. Diolch i bawb o Bensarn, Capel Coffa a Phreswylfa am gymryd rhan yn yr oedfaon bendithiol hyn. Roedd y capel wedi'i addurno â blodau, llysiau a ffrwythau ac fe'u rhannwyd ar y terfyn i'r henoed.

SUL Y BEIBL
Cynhaliwyd oedfa ddwyieithog Sul y Beibl ym Mhreswylfa, gydag aelodau o'r gwahanol eglwysi yn cymryd rhan. Pregethwyd gan y Parchedig Brian Wright a llywyddwyd gan Mrs Dilys Williams. Gwnaed casgliad at Gymdeithas y Beibl.

GWELLHAD BUAN
Dymunwn wellhad buan i Eirwen Jones, Iris Jones ac Islwyn Evans a phawb sydd yn cwyno gydag anhwylder.

GOHEBYDD . EIRIAN JONES

Shiloh, Tregarth

COFION
Anfonwn ein cofion annwyl a'n at ein blaenor hynaf yn Shiloh, Mrs Edith Hughes, sydd yn Ysbyty Eryri. Dymuniadau gorau hefyd i Mr Wynne Roberts, a gafodd ddamwain yn ddiweddar.

DRWS AGORED
Mae drws agored yma bob bore Gwener ar gyfer unrhyw un hoffai droi i mewn am sgwrs, cwmni a phaned, rhwng 10 o'r gloch a hanner dydd. Bore Gwener, Hydref 26, braf oedd croesawu cyfeillion o Dregarth atom sef Mathew Parry a Lynne. Rydym yn falch iawn fod Mathew'n gwella'n raddol wedi'r ddamwain fawr ddaeth i'w ran wrth chwarae rygbi. Cafwyd cyfle i gyfrannu at y gronfa a sefydlwyd i helpu'r teulu yn ystod yr amser caled yma. Diolch i'r rhai ffyddlon sydd yn galw i mewn am baned yn rheolaidd ar fore Gwener am eu cyfraniadau. Nid ydym yn gofyn yn benodol am unrhyw gyfraniad – mae'r coffi am ddim! – ond drwy haelioni

pawb cronnir swm dros y flwyddyn, a gafodd ei rannu eleni rhwng cronfa Mathew, Ymgyrch Bore Coffi Macmillan a Gweithredu dros Blant.

DATHLU'R DIOLCHGARWCH

Cynhaliwyd gwasanaeth diolchgarwch ar nos Sul. Hydref 14, dan ofal y Parchedig Dewi Morris, Porthmadog. Diolch i'r bobl ifanc a gymerodd ran ac i Dewi am ei neges bwrpasol iawn. Hefyd ar nos Lun, Hydref 15, hyfryd oedd croesawu'r Parchedig Huw John Hughes i arwain yr addoliad. Cawsom wasanaeth bendithiol iawn a chynulleidfa deilwng i wrando ar ei neges. Diolch iddo yntau am ei gyfraniad.

LLONGYFARCH

Llongyfarchiadau i'n gweinidog y Parchedig Richard Gillion ar gyrraedd safon Rhagoriaeth, Tystysgrif Ganolradd mewn Cymraeg fel Ail Iaith.

Ar Noswyl Nadolig am 6 o'r gloch, bydd oedfa'r Cymun Bendigaid. Mae croeso i bawb.

GOHEBYDD . GWENDA DAVIES

Ebeneser, Caernarfon

DYMUNIADAU GORAU

Anfonwn ein cofion cynhesaf at Norah O'Brien a dderbyniodd driniaeth yn ddiweddar yn Ysbyty Gwynedd. Yr un yw ein dymuniadau da i'r aelodau hynny sydd mewn gwaeledd ac yn gaeth i'w cartrefi.

CYDYMDEIMLO

Cydymdeimlwn â Margaret Tüzüner, y bu farw ei modryb Maria Parry Heward a hithau'n 108 oed. Bu Margaret yn ofalus iawn o'i modryb a mwynhau ei chwmni – y ddwy fel dwy chwaer, yn hoffi yr un diddordebau.

DIOLCHGARWCH

Cawsom gyfle i ddathlu'r Diolchgarwch yng nghwmni Angharad Tomos, a roddodd neges bwysig a gobeithiol yn ei hanerchiad. Y ddawn ganddi bob amser i greu awyrgylch cartrefol braf. Talodd deyrnged arbennig i athrawon ysgolion Sul am eu gwaith yn meithrin plant. Mae gan Angharad gysylltiad arbennig ag Ebeneser oherwydd bu ei hen daid, y Parchedig R. Môn Hughes, yn weinidog yma ac yn uchel iawn ei barch. Cymerwyd rhan yn y gwasanaeth hefyd gan Carol Davis, Olwen Jones a Branwen Edwards a'r organydd oedd Margaret Tüzüner. Ar derfyn y gwasanaeth mwynhawyd paned a sgwrs

GOHEBYDD . BRANWEN L. EDWARDS

Ardal Bathafarn

DYMUNIADAU GORAU

Anfonwn ein cofion anwylaf a'n dymuniadau gorau at y Parchedig Tom Evans-Williams, sydd wedi bod yn wael. Bu'n ffyddlon iawn i ni yma yn Ardal Bathafarn. Meddyliwn amdanoch ac am bawb sydd mewn gwaeledd. Braf yw cael croesawu Audrey yn ôl i'r oedfaon ar ôl ei hanffawd.

LLONGYFARCHIADAU

Llongyfarchiadau calonnog i Siân a Dylan, Tŷ Ucha Llyn, ar ddod yn daid a nain eto. Ganwyd mab, Efan Tomos, i Gwenno a Iolo. Pob bendith arnoch fel teulu a dymuniadau gorau i Ifor Parry ar ddod yn hen daid; cofion annwyl ato ym Mhlas Gwyn.

MERCHED METHODISTAIDD YM MHRYDAIN

Aeth Meta, Elizabeth, Margaret Evans a Bronwen i gyfarfod yr Hydref yng Nghaernarfon, gan gyd-deithio ar y bws â chyfeillion Llanrhaeadr ym Mochnant, Prestatyn, Llanelwy, y Rhyl a Bae Colwyn. Er bod Storm Callum yn rhuo, roedd y croeso a gawsom gan gyfeillion Ebeneser a Chapel y Maes yn llonni'r galon. Yn dilyn croeso gan Elizabeth y llywydd, a defosiwn yng ngofal Megan Roberts, Eira Owain a Norah O'Brien, cafwyd anerchiad arbennig gan Margaret Morgan ynglŷn â sut y gallwn wneud ein heglwysi yn gyfeillgar ar gyfer y rhain sydd â dementia. Cawsom hefyd eitem ar y gitâr gan y Parchedig Richard Gillion, Arweinydd Ardal Môn ac Arfon. Diolchodd Marian Prys Davies i bawb a thraddodwyd y fendith gan y Parchg Jennie Hurd. Cafwyd cyfle wedyn i gymdeithasu uwchben paned a chacennau a baratowyd gan chwiorydd caredig Caernarfon.

CYMDEITHAS BATHAFARN

Hyfryd oedd cael cwmni'r Parchg Jennie Hurd pan fuom yn trafod dyfodol y gwaith Cymraeg. Diolchwn i Jennie am ei harweiniad cadarn a'i doethineb; yn sicr mae hi wedi codi ymwybyddiaeth o'r gwaith Cymraeg yn y Cyfundeb Methodistaidd.

OEDFAON

Diolch i gyfeilyddion y mis sef Rhian ac Elizabeth ac i Dafydd am lywyddu. Cawsom ddau wasanaeth o dan ofal y Parchedig Martin Evans-Jones, un ohonynt yn Wasanaeth y Cymun Bendigaid.

Daeth capeli Corwen ynghyd yn Rehoboth eleni i ddathlu gŵyl y Diolchgarwch. Cafwyd neges arbennig iawn gan y cennad sef y Parchedig Dilys Jones, Amwythig. Mae gennym atgofion hyfryd am y cyfnod y bu Dilys yn byw yn ein plith ynghyd â'i phriod y diweddar Barchedig Alec Jones a fu'n Arolygwr ein cylchdaith.

SUL WYTHNOS UN BYD

Bendithiol iawn oedd cael dod at ein gilydd fel capeli ac eglwysi yn nhref Rhuthun i'r Tabernacl. Y thema oedd y greadigaeth ac mor bwysig yw gofalu am fyd Duw. Cafwyd cyfraniadau gan y gwahanol eglwysi a chynrychiolwyd Bathafarn gan Elizabeth. Diolch i Teresa Wynne am y trefniadau ac i Eifion Wynne am y fideo.

Ar ddydd Sul, 16 Rhagfyr, am 2 o'r gloch, cynhelir Gwasanaeth Nadolig yr Ardal yng Nghanolfan Awelon, Rhuthun, yng nghwmni'r Parchedig Jennie Hurd. Croeso cynnes i bawb a bydd te i ddilyn.

GOHEBYDD . ELIZABETH JONES

Pendref, Dinbych

ADDOLI

Cynhaliwyd oedfaon bendithiol yn ystod Medi a Hydref dan ofal Elizabeth Jones, yr Hybarch Bernard Thomas, David Barker Jones, y Parchedig Tudur Rowlands, Thomas I Williams, Enid Davies a'r Parchedig Ddr Jennie Hurd. Hoffem hefyd ddiolch i'r rhai a gymerodd ran yn y ddau gyfarfod gweddi a gynhaliwyd. Anfonwn ein cofion a'n dymuniadau da am wellhad buan at nifer o'n haelodau sydd yn methu bod gyda ni.

NEWYDDION DA AM YR ADEILAD

Ychwanegwyd at y Rheilen Gymun sydd wedi ei gosod yn Festri Uchaf Pendref, gan ddefnyddio darnau eraill o'r rheilen wreiddiol o Gapel Peniel Llanelwy, sydd yn golygu fod y rheilen bellach yn gyflawn. Unwaith eto ein diolch i Hywel Evans a Gwyn Williams am eu gwaith. Mae blaen a chefn y capel a'r festri bellach wedi eu gorchuddio â sgaffaldiau a'r gwaith ar fin dechrau ar do'r capel a'r festri.

AR Y GWEILL

Fel y dengys y llun, buom yn brysur iawn

yn trafod, hel syniadau a chynllunio ar gyfer y Ffair Nadolig yng Nghanolfan Eirianfa ar 17 Tachwedd. Ar 10 Tachwedd, hefyd, cawsom ein cinio blynyddol ym Melin Brwcws.

CROESO I'R BABAN

Ar Fedi'r 20fed fe anwyd Tomos Miguel Fernandes, mab i Lowri a Jorge Fernandes. Jorge yn wreiddiol o Bortiwgal ond wedi ymgartrefu yn Rhewl ger Rhuthun. Lowri yn ferch i Elfed a Janet Evans, Garej y Ffowndri Dinbych – y tri yn aelodau yma ym Mhendref. Dymuniadau gorau i Lowri, Jorge a Tomos a hefyd taid a nain, Elfed a Janet.

TRISTWCH

Yn dilyn gwasanaeth 28ain o Hydref o dan ofal y Parchedig Ddr Jennie Hurd aeth ein gohebydd Mary ynghyd â'i gŵr Medwyn a Jennie i Bwllheli i oedfa olaf yr achos yng nghapel Seion. Treuliodd Mary ei phlentyndod yn Seion ac yno hefyd y priodwyd Mary a Medwyn ym mis Hydref 1974. Trist iawn oedd gweld yr achos yn dod i ben.

GOHEBYDD . MARY JONES

Seion, Pwllheli

Ar Sul olaf mis Hydref daeth cynulleidfa o oddeutu hanner cant o bobl ynghyd er mwyn cofio a rhoi diolch i Dduw am dros 200 mlynedd o addoliad, gwasanaeth a chenhadaeth yr achos Wesleaidd ym Mhwllheli. Er bod y gwasanaeth olaf yn Seion yn achlysur trist i lawer, cafwyd oedfa fendithiol o dan arweiniad y Diacon Stephen Roe. Darllenwyd gan y Parchedigion Bryn Williams a Glenys Jones, gweinidogion Pwllheli, ac arweiniwyd mewn gweddi gan y Parchedig Ddr Jennie Hurd. Dewiswyd yr emynau gan aelodau'r gynulleidfa. Yr organydd oedd Miss Valerie Williams. Thema'r gwasanaeth oedd 'Iesu, goleuni'r byd', yn ein hatgoffa mai fo ydy'r Un sy'n dangos y ffordd i ni wrth i ni deithio ymlaen yn ein pererindod Gristnogol.

Y gweinidogion oedd yn bresennol yn yr oedfa gyntaf pan drawsnewidiwyd festri seion yn gapel'.

Saron, Bethel

DIOLCH

Diolchwn yn gynnes iawn i swyddogion ac aelodau Seion, Pwllheli am eu caredigrwydd yn rhoi'r organ oedd yn perthyn i Seion yn rhodd i ni fel Eglwys.

GOHEBYDD . ROBIN JONES

O'r **Pen Yma**

gan **Angharad Tomos**

Bu farw Nhad ddeufis yn ôl yn gwbl ddisymwth, yng nghanol ei bethau. Yn naturiol, rhyw golofn o edrych yn ôl fydd hon, a bod yn ddiolchgar.

Yn sgil ei farwolaeth, daw'r achos yng Nghapel Ty'n Lôn, Llanwnda, i ben, felly mae'n chwithdod dwbl, achos prin iawn yw'r adegau y bûm yng Nghapel Ty'n Lôn heb fod Dad wrth fy ochr.

Os ydi perthynas Nhad â Thy'n Lôn wedi dysgu unrhyw beth i mi, mae wedi bod yn wers mewn dal ati a dyfalbarhau. Pan ddaeth fy rhieni yno ym 1959 efo'u dau o blant, roedd llond y sedd fawr o flaenoriaid. Edwino wnaeth y gynulleidfa yn raddol, er i'n teulu ni gynyddu i fod yn saith. Gan mai ni oedd yr unig blant yno, rhaid oedd canu cân yr un, ac roeddem yn eiddigeddus o blant eraill oedd ond yn gorfod adrodd adnod!

Erbyn yr 80au, roedd y gynulleidfa wedi teneuo, a chafodd fy nhad y gwaith o fod yn Drysorydd gan roi'r swydd o Ysgrifennydd i mi. Gan ein bod ni blant wedi priodi a symud, meddyliodd Dad y byddai'n dda ceisio cynyddu'r nifer a dyma fo'n trefnu nosweithiau ganol wythnos – cyfarfodydd astudio'r Beibl bob yn ail â noson adloniant. Prin oedd yr aelodau newydd, ond mi lwyddon ni i gadw'n pennau uwchben y dŵr.

Nodwedd Ty'n Lôn oedd cyndynrwydd i symud gyda'r amseroedd. Pan oedd pawb arall wedi symud oedfa Ddiolchgarwch i'r Sul, roeddem yn dal i arddel Dydd Llun Diolchgarwch.

Pan fyddai pawb arall wedi hen anghofio'r syniad o De Cyfarfod Pregethu, roedd Ty'n Lôn yn dal i gael un. Synnai pob pregethwr wrth agor Caneuon Ffydd, trefn Ty'n Lôn oedd cadw at y Llyfr Emynau traddodiadol.

Wn i ddim ai peth da oedd hyn i gyd, ond ddaru'r nodweddion styfnig ein helpu rhag cau. Daliodd fy Nhad ati, i addurno'r bwrdd efo ffrwythau adeg Diolchgarwch, efo canhwyllau a Golygfa'r Preseb bob Dolig. Yn y diwedd, heb organyddes, trefnodd fod fy chwaer yn recordio tonau'r emynau ar gasét, ac roedd y drefn hon yn gweithio'n burion.

Tua'r diwedd, câi drafferth i gerdded, ac fe'i gwelaf yn awr yn camu'n araf tua'r Sêt Fawr, gan stopio o bryd i'w gilydd i gymryd ei wynt. Âi i eistedd yn y sedd fawr, yr unig un yno bellach. Cofiaf feddwl, 'Pryd mae hwn am roi'r gorau iddi?'

Pan na fyddai pregethwr, byddai Nhad yn mentro ymlaen ac yn rhoi un o'i sgyrsiau cofiadwy. Yn aml, roedd cymaint o gwestiynau yn y rhain ag oedd 'na o atebion, ond roeddent yn dangos ôl meddwl dwfn a pharch at drefn y greadigaeth. Byddai wrth ei fodd yn canu.

Roedd y canu yn ei angladd yn fendigedig, a bechod na fyddai wedi cael gweld y capel bach yn llawn. Daliodd ati hyd y diwedd, rhedodd yr yrfa, bu'n driw i'w werthoedd.

Ac am hynny, byddaf dragwyddol ddiolchgar.

Gofal Canser Cristnogol

gan Owen Morris

Yn ôl Ymchwil Canser y Deyrnas Unedig, mae 2.5 miliwn o bobl yn dioddef o ganser yn y D.U. Bydd un o bob dau ohonom yn cael diagnosis o ganser ar ryw adeg yn ein bywydau, ac fe amcangyfrifir bod dros fil o bobl yn cael diagnosis o ganser ym Mhrydain bob dydd. Bydd yn effeithio ar lawer o'r rhai rydym yn eu hadnabod yn ein cynulleidfaoedd ac wrth gwrs ar ofalwyr a theuluoedd y rheini. Mae miloedd o bobl hefyd yn wynebu canser heb gefnogaeth teulu lleol nac eglwys. Ni chaiff anghenion ymarferol ac emosiynol y claf na'i deulu eu diwallu, yn aml, wrth iddynt wynebu triniaeth.

Yng Nghymru mae llawer o grwpiau seciwlar eithriadol o dda sy'n cefnogi cleifion canser, ond ychydig iawn o grwpiau Cristnogol sydd ar gael i gefnogi a gweddïo dros bobl a theuluoedd sy'n dioddef o ganser. Mae'n wir y gall yr afiechyd effeithio ar ffydd neu gred y claf yn Nuw – rhai cleifion yn troi at Dduw mewn gweddi, yn gofyn am ei gymorth, ac eraill yn gofyn cwestiynau fel "Pam fi? Pam mae Duw wedi fy ngadael? Ble mae Duw yn hyn i gyd?"

Drwy'r cyfan, mae rhywbeth gwerthfawr yn aros i ddilynwyr yr Iesu na fedr canser ei orchfygu a hwnnw yw GOBAITH! Dyna sail Gofal Canser Cristnogol. Yn ogystal â deall yr afiechyd, mae arnom angen dod i ddeall Gair Duw er mwyn dod â'r neges o obaith i'r holl rai hynny sy'n dyheu am obaith.

Ganol mis Hydref eleni, cefais y fraint o fynychu Cynhadledd Gristnogol Gofal Canser, sef y Gynhadledd gyntaf o'r fath ym Mhrydain. Fe'i cynhaliwyd yn Eglwys y Plwyf, Kirkheaton, Huddersfield, Swydd Efrog. Roedd y diwrnod yn ddiddorol, bywiog ac arloesol, gyda chynrychiolwyr yn bresennol o lawer o enwadau Cristnogol ac o bob rhan o Brydain. Y trefnwyr oedd mudiad 'Firm Roots' – enw sy'n dod o Lythyr Paul at yr Effesiaid: "*Boed i chwi, sydd â chariad yn wreiddyn a sylfaen eich bywyd, gael eich galluogi i amgyffred ynghyd â'r holl saint beth yw lled a hyd ac uchder a dyfnder cariad Crist*". Noddwyd y diwrnod gan Elusen Canser Macmillan, sydd yn ymwybodol iawn y gall mudiadau Cristnogol fel hwn ddiwallu anghenion ysbrydol llawer o gleifion.

Gweledigaeth 'Firm Roots' yw gweithio ochr yn ochr â'r gwasanaethau seciwlar sy'n cynnig cymorth, gan gydgerdded â Christnogion y mae eu bywydau wedi newid oherwydd canser, i'w cefnogi â chariad Duw. Mae grwpiau gweddi canser yn cael eu sefydlu ledled Prydain ac fe drefnir dyddiau encil i gleifion a'u teuluoedd. Cynigir gweddïau a chefnogaeth ysbrydol ac fe sefydlir prosiectau gwirfoddol i gynnig cefnogaeth ymarferol ac emosiynol yn y gymuned. Yng ngeiriau'r proffwyd Eseia: "*i ddwyn newydd da i'r darostyngedig, a chysuro'r toredig o galon…i ddiddanu pawb sy'n galaru…a rhoi iddynt goron yn lle lludw". Eseia 61:1-3*

Yn sicr fe ddylem fel Cristnogion gamu allan o'n parth cyfforddus, mewn ffydd, a cherdded ochr yn ochr â phawb sy'n brwydro â chanser. Beth am dderbyn yr her a sefydlu'r math hwn o weinidogaeth canser yn ein hardaloedd ninnau?

"Bendigedig fyddo Duw a Thad ein Harglwydd Iesu Grist, y Tad sy'n trugarhau a'r Duw sy'n rhoi pob diddanwch. Y mae'n ein diddanu ym mhob gorthrymder, er mwyn i ninnau, trwy'r diddanwch a gawn ganddo ef, allu diddanu'r rhai sydd dan bob math o orthrymder." 2 Corinthiaid 1:3-4.

SUT MAE
GWEITHREDU DROS BLANT
YN GWEITHIO

Hoffem ddiolch i'r canlynol am eu rhoddion tuag at Gweithredu dros Blant, sydd wedi dod i law ers rhifyn diwethaf y *Gwyliedydd*:
Drws Agored, Shiloh, Tregarth
£100.00
Eglwys Unedig Gymraeg Llandudno
£300.00
Mrs Kathleen Owen - tiwb Smarties
£10.00

Anfonwyd cyfanswm o £410.00 yn enw Synod Cymru.

Diolch o galon i bawb sydd wedi cyfrannu, mewn unrhyw ffordd, tuag at yr ymgyrch casglu anrhegion Nadolig. Mae'r prosiectau mor ddiolchgar amdanynt. Roedd yna adegau pan oedd Llety'r Bugail yn debycach i groto Siôn Corn nag i fans!

Os nad ydych wedi cael eich cardiau Nadolig eto mae gennym rai cardiau Nadolig, er budd Gweithredu dros Blant, ar ôl.

Cawsom ein dau amser bendithiol a buddiol ar ddiwedd mis Hydref, pan aethom i gynhadledd y *District Advocates* yn Llundain. Hyfryd oedd cael cwmni'r Chwaer Eluned Williams, oedd yn un o'r siaradwyr gwadd, a gwrando arni'n siarad.

Gyda diolch am eich cefnogaeth.
Parchg. Marc a Mrs Margaret Morgan

Bwyd i'r Meddwl

gan Bet Holmes

Yn ddiweddar, mae pobl yr Unol Daleithiau wedi bod yn dathlu Thanksgiving, neu Ddiolchgarwch, y wledd fwyaf yn y flwyddyn. Dywedir bod mwy o fwyd yn cael ei fwyta ar ddydd Iau olaf mis Tachwedd nag adeg y Nadolig wrth i bob teulu ddod ynghyd.

Ym 1621 penderfynwyd dathlu diwedd y flwyddyn gyntaf yn Plimoth Plantation gyda llawer o bethau newydd ar y ford: pwmpen a sgwas, llugaeron (cranberries), ac wrth gwrs y deryn hagr gwyllt, y twrci. Ers 1863, mae Diolchgarwch wedi bod yn Ŵyl Genedlaethol: yn ystod y Rhyfel Cartref yn America cyhoeddodd yr Arlywydd Abraham Lincoln ddiwrnod o "Ddiolchgarwch a Moliant i'n Tad hael yn y Nef", i'w ddathlu ar y dydd Iau olaf ym mis Tachwedd bob blwyddyn.

Mae'r twrci wedi aros ar y fwydlen, ond wrth i'r blynyddoedd fynd heibio mae llawer o bethau eraill wedi dod yn boblogaidd, yn eu plith pastai pwmpen. Ond ym 1955 dyfeisiwyd y Caserol Ffa Gwyrdd hwn sydd wedi dod yn ffefryn, gan Dorcas Reilly ar ran cwmni Campbells Soup. Roedd popeth yn dod allan o ganiau, y sŵp a'r ffa a hyd yn oed y winwns wedi'u ffrïo!

Dyma'r rysáit, felly, yr un hawsaf erioed. Bydd angen;

- 2 can sŵp hufen madarch tew
- 8 owns llaeth
- llwyaid te saws soy
- ¼ llwyaid te pupur
- pwys o ffa Ffrengig wedi eu coginio
- pecyn o winwns cras (neu becyn o greision caws a winwns)

Cymysgwch bopeth ond y winwns a'u rhoi mewn dysgl. Taenwch y winwns cras (neu'r creision wedi eu malu) drosto. Pobwch am hanner awr mewn ffwrn gymedrol (nwy 5, 190° trydan) … a dyna ni! Mae'n cyd-fynd yn dda gyda gweddillion eich twrci oer.

Gobeithio y bydd pob darllenydd yn cael Nadolig Llawen iawn wrth y ford gyda'r teulu. Gadewch inni beidio ag anghofio, wrth gwrs, fod mwy i ddathlu genedigaeth ein Harglwydd Iesu Grist na bwyta gormod! Beth am godi'n fore er mwyn mynd i'r oedfa Plygain agosaf?

Diwrnod Da yng Nghaernarfon

gan Rona Morris

Corwynt Callum oedd yn bygwth wrth i ni droi ein gorwelion tua Chaernarfon, i Gyfarfod Hydref Merched Methodistaidd Synod Cymru eleni. Er gwaetha'r corwynt, cawsom siwrne dda.

Braf iawn oedd cael croeso mor gynnes gan chwiorydd capel Ebeneser. Fe wnaethant ddewis a dethol emyn a darlleniadau addas ar gyfer rhannau arweiniol ein cyfarfod. Bu i'r weddi effeithiol ein tywys i fyfyrio yn briodol. Diolchwn am gyfraniad y brodyr i'r defosiwn hefyd. Cafwyd cân gyda'r gitâr gan y Parchedig Richard Gillion ac fe wnaethom fwynhau datganiad meistrolgar Alun Jones ar yr organ.

Ar ddechrau ein cyfarfod, cyflwynodd Mrs Gwenda Humphries gadwyn hardd Llywydd Merched Methodistaidd Synod Cymru i Mrs Elizabeth Jones, Graigfechan, gan ddymuno pob bendith iddi yn ystod ei thymor fel Llywydd.

Mrs Margaret Morgan, Wrecsam, oedd y siaradwr, yn trafod sut y gallwn geisio creu "Eglwysi Dementia Gyfeillgar" o fewn ein hardaloedd. Mae'r gair "Dementia" yn un digon cyfarwydd i ni i gyd erbyn hyn ac yn ddigon ynddo ei hun i godi ofn arnom. Rhaid cofio mai enw ar grŵp o symptomau gwahanol yw dementia. Gall y rhain ymddangos yn raddol dros gyfnod, a tharo nid yn unig y genhedlaeth hŷn ond pobl iau hefyd. Wrth ein tywys drwy ei sgwrs, rhoddodd Margaret sawl awgrym ymarferol ar sut y gallwn geisio helpu pobl i ymdopi â'r cyflwr.

- Mae ceisio gwneud yn siŵr bod arwyddion clir o amgylch yr adeilad o gymorth, ac os yn bosibl mae cael arwyddion gyda lluniau arnynt yn fwy effeithiol byth.
- Dewis llenni a charpedi heb batrwm os yn bosibl
- Cadw'r seti yn yr un drefn
- Dewis emynau cyfarwydd gyda chytgan
- Dewis darlleniadau cyfarwydd
- Cadw'r bregeth yn fyr

Pwysleisiodd bwysigrwydd ein rôl fugeiliol. Anogodd ni i ymweld â'n haelodau yn gyson. Rhoddodd ychydig o ganllawiau i ni ar sut i wneud yr ymweliadau hynny yn fwy effeithiol drwy gofio rhai pethau sylfaenol megis:

- Gwenu ac edrych i fyw llygaid ein gilydd wrth sgwrsio
- Gwneud un sylw ar y tro
- Siarad yn glir
- Sôn am ddigwyddiadau hapus o'r gorffennol.
- Mynd â rhywbeth gyda ni, megis llun i brocio'r cof
- Ewch yno i wrando
- Peidiwch ag aros yn rhy hir.

Bu i ni i fwynhau paned a chyfle am sgwrs wedi'r cyfarfod cyn troi yn ôl i'n cartrefi. Diolch eto am y croeso ac am eich cefnogaeth. Bydd rhaglen o gyfarfodydd yn cael ei pharatoi ar gyfer y flwyddyn nesaf yn awr.

cartŵn

Myfyrio ar Sul y Cyfamod

gan y Diacon Gwenllian Roberts Knighton

Nid wyf mwyach yn eiddo i mi fy hun, ond i ti.

Fel i'r rhan fwyaf o aelodau'r Eglwys Fethodistaidd, a llawer mewn canghennau eraill o'r Eglwys erbyn hyn, mae Gwasanaeth y Cyfamod wedi bod yn hollbwysig i mi dros y blynyddoedd wrth imi geisio deall beth yw ystyr bod yn ddisgybl i Iesu Grist. Ond erbyn hyn, rwy'n cyfaddef, y fersiwn newydd o'r weddi ganolog sydd yn mynegi orau fy meddyliau a'm teimladau.

Yn hytrach na'r geiriau: "Dyro imi'r dasg a fynni, gosod fi gyda'r neb a ewyllysi…" cawn: "Dy ewyllys di, nid fy ewyllys i, a wneler ym mhob peth, ym mha le bynnag y gosodir fi, ym mhob dim a wnaf…" (tud. 288, Llyfr Addoliad yr Eglwys Fethodistaidd).

Pam y mae'n well gennyf y fersiwn hon? Ar yr olwg gyntaf maent yn dweud mwy neu lai yr un peth. Ond rywsut, i mi, mae'r fersiwn newydd yn awgrymu mwy o bosibiliadau o *gyd*-weithio gyda Duw, o fod yn weithredol, ac nid yn oddefol yn unig. Wedi'r cyfan, yr un deisyfiad sydd yng Ngweddi'r Arglwydd. Pan adroddwn "Gwneler dy ewyllys", daw hynny yng nghyd-destun sancteiddio enw Duw, maddau i eraill yn ogystal â derbyn maddeuant; pethau y mae'n rhaid i *ni* eu gwneud! Waeth pa mor anodd (neu braf!) yr amgylchiadau mae gennym ddewis i gydweithio neu beidio.

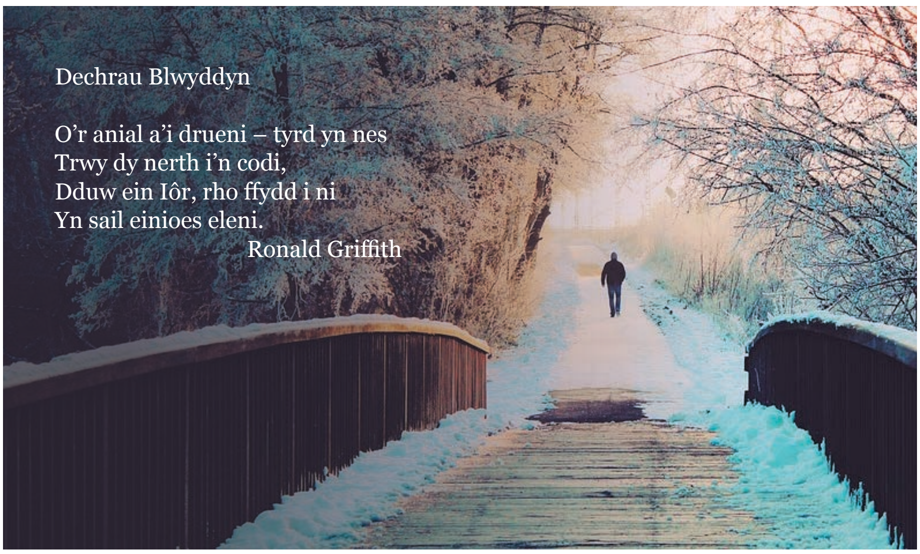
Gorsymleiddio wrth gwrs yw awgrymu bod y ffurf draddodiadol yn golygu 'Rhaid derbyn popeth', 'does dim dewis gennyf', neu 'does dim byd fedrwn ni ei wneud amdano', h.y. gweddi sy'n mynd i gyfeiriad ffataliaeth, ond mae'r un newydd rywfaint yn gliriach efallai. Diddorol hefyd, gyda llaw, fuasai trafod gyda chymydog Mwslimaidd beth yn union a ddeellir wrth weddïo: "Inshallah" sef "os myn Duw".

Mae'n bosib hefyd mai fy mhrofiad o ganser rai blynyddoedd yn ôl sy'n rhannol gyfrifol am fy newid meddwl. Mae pob profiad o salwch neu o wendid, gan gynnwys gwendid ynghlwm yn y broses o heneiddio, yn golygu colli elfen o reolaeth dros ein bywydau ni ein hunain. Ac eto, gwelir posibiliadau o hyd o fewn y cyfyngiadau sydd yn rhan anochel o'n bywydau. Arferai fy niweddar chwaer-yng-nghyfraith Mary ('cymeriad' y bydd rhai ohonoch yn ei chofio!) ofyn bendith bob dydd wrth y bwrdd brecwast, gan ddiolch am ddiwrnod newydd a'i "*bosibiliadau*".

Mae'r weddi enwog a briodolir i Reinold Niehbuhr yn mynd i'r un cyfeiriad:

Dyro inni'r serennedd
i dderbyn yr hyn na ellir mo'i newid,
y dewrder i newid yr hyn y gellir ei newid
a'r doethineb i fedru gwahaniaethu rhyngddynt.

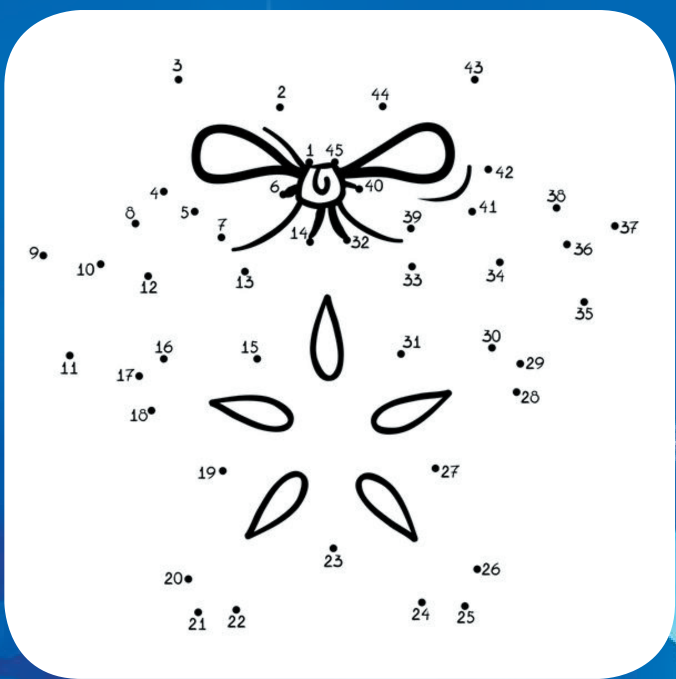
Ac wedi'r cyfan daw Sul y Cyfamod fel rheol yn syth ar ôl y Nadolig, pan gofiwn faban mewn preseb (heb reolaeth dros ddim) – ac eto un oedd, bob cam o'r ffordd wedyn, fel bachgen yn y Deml, fel Athro, yng Ngardd Gethsemane, neu hyd yn oed ar y Groes, yn dyheu am gydweithio â'i Dad Nefol.



TUDALEN Y PLANT

Mae Alffi yr Arth yn mynd i ddewis coeden Nadolig. “Dyma goed del,” meddai Alffi. “Byddai’n braf cael un o’r rhain!”

Mae arno eisiau addurn arbennig i’w roi ar y goeden. Fedri di gysylltu’r dotiau er mwyn helpu Alffi i wneud addurn ar gyfer y goeden?



Gweddi

Diolch i Ti ein Tad nefol am bopeth hardd a hyfryd. Diolchwn yn fwy na dim fod Iesu Grist wedi dod i’n byd. Amen.