

Y TYST

Sefydlwyd 1867

Cyfrol 155

Rhif 18

Mai 5, 2022

50c.

Cyfundeb Dwyrain Morgannwg (Twitter: @CyfDwyMor)

'Arloesi' oedd thema Cwrdd Chwarter Cyfundeb Dwyrain Morgannwg yn y cyfarfod a gynhaliwyd yn rhithiol nos Fercher, 23 Mawrth 2022. Roedd Pwyllgor Gwaith y Cyfundeb wedi cyfarfod wythnos ynghynt. Agorwyd y cwrdd mewn defosiwn o dan ofal Elin Maher.



cwrdd chwarter nesaf (25 Mai 2022) i gyd-fynd â'r Wythnos Gweithredu Dementia. Rhoddwyd hefyd grynodedd effeithiol o adroddiad Dylan Rhys Parry yn y pwyllgor gwaith o drafodaethau diweddaraf Cyngor Undeb yr Annibynwyr Cymraeg.

Cefnogodd y gynhadledd argymhelliad y pwyllgor gwaith ein bod yn anfon cyfraniad hael i Apêl Wcráin DEC a derbyniwyd cynnig ffurfiol i anfon £2,500 i'r gronfa. Anodd i'r un ohonom oedd peidio meddwl a gweddio dros sefyllfa erchyll ein brodyr a'n chwiorydd yn y wlad honno. Boed Duw yn nawdd a nerth iddynt yn eu dioddef dirfawr.

Eglwys Dementia-gyfeillgar

Cyn troi at brif eitem y cyfarfod, cafwyd adroddiad o drafodaethau'r pwyllgor gwaith gan ysgrifennydd y cyfundeb, Gwilym Huws. Soniodd am Gronfa Nawdd y Cyfundeb (dyddiad cau rownd 2 eleni: 30 Medi 2022) a'r ymgyrch Eglwys Dementia-gyfeillgar. Rhannwyd gwahoddiad i fynychu'r oedfa arbrofol yng nghwmni R. Alun Evans, Delwyn Siôn a Sian Meinir a gynhelir am 2 o'r gloch nawn Sadwrn 2 Ebrill 2022 yng nghapel Bethlehem, Gwaelod-y-garth, a nodwyd y caiff y pecyn ei lansio yn y

Tabernacl Efailisaf

Fel Cyfundeb, gwyddom am Raglen Arloesi a Buddsoddi Undeb yr Annibynwyr ac adroddiadau o ddau gynllun a noddir gan y rhaglen hon oedd prif eitem y cwrdd chwarter. Braff oedd croesawu Eleri Mai Thomas, Swyddog Ieuentid a Chymunedol, capel y Tabernacl, Efailisaf ers mis Medi 2021 i grynhoi gweithgarwch prosiect eglwysig a chymunedol y Tabernacl Efailisaf.

Soniodd Eleri Mai sut yr aeth ati i feithrin gweithgarwch 'y capel', y gymuned a phartneriaid cysylltiedig. Trwy gynnal sgysiaau gyda phobl ifanc ac eraill llwyddodd i ddatblygu gweithgarwch sy'n apelio at ddisgyblion cynradd (Twmiaid Bach a fydd, y gobeithir yn cyflenwi'r Twmiaid hirsefydledig i ddisgyblon uwchradd), gweithgarwch i rieni ifanc a hefyd cyfle am banded a chlonc i drigolion hŷn y gymuned. Cafwyd cipolwg ar y gwahanol weithgarwch a drefnir i'r bobl ifanc, o animeiddio i grefftiau a theithiau cerdded tra hefyd yn parhau i wneud y gwaith elusennol y cysylltwn yr eglwys ag ef. I'r dyfodol, mae cynlluniau ar y gweill i ddatblygu'r ardd gymunedol, cynyddu darpariaeth gymdeithasol yr ysgol Sul a threfnu 'capelgampau' rhyng-eglwysig.

Angor, Grangetown

Cynan Llwyd, pennaeth tîm Tearfund Cymru ers mis Gorffennaf 2021 oedd yr ail siaradwr. Bu Cynan yn sôn am sefydlu a datblygu Angor Grangetown; cafwyd cryn ysbrydoliaeth o wrando ar yr hanes. Ymysg y 22,000 o drigolion yn yr ardal amlddiwylliannol ac aml-ffydd hon o Gaerdydd ceir rhyw ddwy fil o siaradwyr Cymraeg. O ddechreuadau syml gyda chyfarfodydd anfyfych tyfodd fflam yr Efengyl ac arweiniodd hyn at astudiaethau Beiblaidd, cyfresi o sgysiaau a thrafodaethau, nosweithiau 'gig', a dathliadau Nadolig – Llan Llanast, noson garolau ac oedfa Nadolig. Cyfeiriodd Cynan yn benodol at gyfarfodydd 'Iesu. Iesu rwy'ti'n ddigon' ac 'Exodus a Rhyddid'. Canolbwynt yr holl weithgarwch hwn ers y dechrau oedd Café Lufkin ond yn anffodus, caewyd y lleoliad ac ar y foment mae Angor yn chwilio'n weddigar am gartref newydd. Seliwyd Angor ar orchmynion a chanllawiau ysgrythurol: fe'i sefydlwyd yn dilyn dwy flynedd o weddio taer – clywyd a dilynwyd Gair yr Arglwydd (Genesis 12: 3–4); trwy weddi y daeth Angor i fod a thrwy weddi y datblyga ac a dyfa (Rhufeiniaid 12: 12).

Go brin y bydd i neb a oedd yn bresennol yn y cwrdd chwarter hwn beidio gadael y cyfarfod heb deimlo ysbrydoliaeth, bendith a naws arloesi yn cyhwfan o'u cwmpas. Da oedd bod yno.



Capel ac Ysgol Sul Pencae, Llan-arth



Cynhaliwyd Oedfa Gwyl Ddewi ym Mhencae ar y Sul cyntaf mis Mawrth. Roedd pob plentyn o'r ysgol Sul yn eu gwisg Gymreig – roedden nhw'n wledd i'r llygaid.

Casglwyd tuag ar Apêl Ddyngarol Wcráin. Diolch am gyfraniadau hael. Talwyd swm o £650 at yr apêl trwy elusen y Groes Goch. Gobeithio yn wir gall hyn fod o gymorth.

Catrin Bellamy-Jones

Hefin Jones

Deddf Rhentu Cartrefi (Cymru) 2016

Y mae'r ddeddf uchod basiwyd gan Gynulliad Cenedlaethol Cymru (fel yr oedd ar y pryd) wedi bod dan broses o ddiwygio. Mae'n gwneud newidiadau mawr i denantiaeth eiddo preswyl yng Nghymru a daw i rym ar **15 Gorffennaf 2022**.

Mae'r ddeddfwriaeth wreiddiol wedi'i diwygio gan ddau ddarn arall o ddeddfwriaeth sylfaenol – Deddf Rhentu Cartrefi (Ffioedd etc.) (Cymru) 2019 (sydd wedi'i chychwyn) a Deddf Rhentu Cartrefi (Diwygio) (Cymru) 2021, a chan gryn dipyn o is-ddeddfwriaeth. Gellir ei weld yma: <https://llyw.cymru/rheoliadau-rhentu-cartrefi>

Golyga hyn fod yna swmp sylweddol o wybodaeth i'w ddarllen a nifer o newidiadau cyfreithiol cymhleth i'w gweithredu gan bob landlord, gan gynnwys eglwysi sy'n landlordiaid, erbyn **15 Gorffennaf 2022**.

Bydd y ddeddf yn effeithio ar bob eglwys sy'n gosod eiddo preswyl yng Nghymru neu sy'n lletya gweinidogion neu weithwyr eglwysig mewn eiddo eglwysig. Mae tri phrifategori eiddo yn cyd-destun hwn:

1. Eiddo preswyl wedi'i osod i denant sy'n talu
2. Eiddo preswyl wedi'i osod i weithiwr eglwysig a gyflogir o dan contract cyflogaeth
3. Eiddo preswyl a feddiannir gan weinidog (deiliad swydd)

Y mae hwn yn gyfle i atgoffa eglwysi, sydd ag eiddo ganddynt yn syrthio i un, neu fwy o'r categorïau uchod, ac sydd heb eu cofrestru yn unol â gofynion y ddeddf uchod, i wneud hynny ar eu cyfle cyntaf.



DEDDF RHENTU CARTREFI (CYMRU) 2016

2016 deccc 1

Nodiadau Esboniadol

Tra bydd rhai ymddiriedolwyr yn barod i ysgwyddo'r baich hwnnw a chymryd cyfrifoldeb dros y gwaith, rydym yn ymwybodol bod delio â gofynion y gyfraith a rheoliadau y ddeddf yn dasg anodd a chymhleth ac o'r herwydd daethom i'r casgliad mai'r cyngor gorau y gallwn ei gynnig i'r eglwysi a'u hymddiriedolwyr yw iddynt drosglwyddo'r gwaith hwn i asiantaeth rentu (letting agency). Cydnabyddwn y bydd hyn yn costio rhywfaint i'r eglwys, ond dyma'r ffordd symlaf i wrdd â gofynion y ddeddf oherwydd golyga na fydd yn rhaid i neb o'r ymddiriedolwyr ysgwyddo cyfrifoldebau newydd gan y bydd yr asiantaeth rentu yn gwneud y cyfan drostynt. Mae nifer helaeth o arwerthwyr tai (estate agents) sydd hefyd yn cyflawni'r gwaith hwn. Mae'n fanteisiol troi at gwmnïau sy'n gydnabyddedig gan gyrff tebyg i'r RICS.

Nodwn eto mai erbyn **15 Gorffennaf 2022** y mae angen i landlordiaid gofrestru ac na ellir osgoi iddynt wneud hynny heb dorri'r gyfraith. Anogwn eglwysi ac ymddiriedolwyr i fwrw ati ar unwaith, felly, i gyflawni'r gwaith.

Dyfrig Rees

Ysgrifennydd Cyffredinol

Aileni ac aeddfedu

Fe gyfarfu gŵr yma yn ne Cymru ag efengyllydd a ddangosodd iddo y ffordd i ddod yn Gristion. Gofynnodd yr efengyllydd mewn gweddi iddo gae ei aileni, yr hyn a ddigwyddodd yn y fan a'r lle. Gwaetha'r modd fe gafodd y gŵr ei garcharu oherwydd camgymeriadau a wnaeth yn ei ieuentid. Plediodd yn ddiueog ond fe'i carcharwyd am gyfnod o dros flwyddyn. Tra bu dan glo bu'n tystiolaethu am ei ffydd wrth eraill, y gofalwyr a'r carcharorion. Cafodd gefnogaeth gan Gristion arall oedd yn ymweld ag ef ac yn rhannu'r efengyl. Wedi iddo gael ei ryddhau gwnaeth siaced arbennig gydag adnod Feiblaidd arni, yr hon a welir yn y llun. Cerddodd hyd y strydoedd yn ei ardal leol heb ddweud yr un gair wrth neb.



Dyna ystyr y gair ailenedigaeth sydd yn Ioan 3, fod person yn dod i ffydd yn Iesu. Yna mae'n cael ei drawnewid gan waith yr Ysbryd Glân, gan newid ei ffordd o fyw a dilyn yr Iesu gan dystio iddo. Yn ystod y blynyddoedd nesaf bydd y gŵr hwn yn tyfu yn ysbrydol wrth gael cymdeithas â Christ yn yr Eglwys.

Wena Parry BA

PROSIECT DIGIDOL DENMAN 2022

Gwahoddir ysgolion Sul i ddefnyddio'u dychymyg a'u doniau creadigol i greu fideo byr (dim mwy na 2 funud o hyd) ar y thema:

Rheswm i ddathlu

'Dewch, gadewch i ni ganu'n llawen i'r Arglwydd.' (Salm 95:1)

Ym mlwyddyn dathliadau 150 Undeb yr Annibynwyr Cymraeg; pa resymau sydd gennym i ddathlu fel Cristnogion yng Nghymru heddiw?

Anfoner eich fideos at rhodri@annibynwyr.cymru erbyn 15 Mehefin 2022.

Caiiff cyflwyniad o'r holl gyfraniadau ei ddangos yn ystod ein Cyfarfodydd Blynyddol yng Nghaerfyrddin ym mis Gorffennaf.

Os am fwy o fanylion, cysylltwch â Thŷ John Penri: 01792 795888 neu undeb@annibynwyr.cymru

GWAHODDIAD

Braint yw estyn gwahoddiad i chi i oedfa ddathlu 30 mlwyddiant y Parchg Carys Ann yn gwasanaethu yr Arglwydd Iesu Grist yn eglwysi Capel y Wig, Llangrannog; Pisgah, Talgarreg a Phantycrugiau, Plwmp. Bydd yr oedfa yng nghapel Pisgah ar 8 Mai am 1.30pm. Byddwn hefyd yn dathlu 200 mlwyddiant yr achos yng nghapel Pisgah. Ar ran yr eglwysi, Llinos Whitfield: (01545) 590358.

Llanw '22 yn Aberystwyth

Roedd y môr ar drai pan gyrhaeddod ni Aberystwyth bnawn Llun wedi'r Pasg ar gyfer croesawu pawb i'r wyl flynyddol nad oedd wedi ei chynnal yn y cnawd ers tair blynedd. Roedd y creigiau noeth yn amlwg a'r traeth yn lletach nag arfer. A ddeuai pobl yn eu holau? Faint o fabis newydd fyddai yno? Faint fyddai'r plant wedi tyfu? Sut fyddai pawb wedi tynnu drwy'r pandemig? Fyddai pawb yn rhydd o'r Covid er mwyn gallu dod? Dyna'r cwestiynau a âi drwy ein meddwl wrth i'r trefnwyr fentro cynnal gŵyl lai o hyd mewn lleoliad newydd, canolog.

Ond wrth i'r min nos gyrraedd a'r môr yn llenwi Bae Ceredigion unwaith eto, fe gyrhaeddodd dros ddau gant o bobl o Gymru benbaladr i gael bod ynghyd yn yr un lle eto i ddathlu atgyfodiad ein Harglwydd Iesu Grist a'i foli yng nghwmni ei gilydd. Roedd Gŵyl Llanw '22 wedi cyrraedd o'r diwedd!

Fe ddechreuodd yr wyl yng ngwersyll Llangrannog yn 2009, ac un o'r siaradwyr yn yr wyl gynnar honno oedd Stuart Bell. Mae Stuart bellach wedi ymddeol ar ôl gweinidogaeth rymus yn eglwys y Santes Fair yn Aberystwyth. Fe roddodd anogaeth gref i fentro a meddiannu'r etifeddiaeth y mae'r Arglwydd wedi ei rhoi inni (gweler ei anerchiad yn rhifyn yr wythnos diwethaf o [Cenn@d](#)). Efallai ei bod yn drai arnom yng Nghymru ac mewn llawer o eglwysi Cymraeg, ond, fel y môr na fydd yn cael ei rwystro nes meddiannu hyd at ei derfynau bopeth sydd wedi ei ganiatáu iddo, na foed i ni osod terfynau ein hunain ar allu Duw, ac yntau wedi meddiannu cymaint mwy ar ein cyfer. Rhoddwyd anogaeth arbennig i fenywod i hawlio'r etifeddiaeth hefyd, gan gymryd eu lle yn llawn oddi mewn i waith yr eglwys. Hyfryd oedd clywed gan Anna Mari, fu'n rhan o gymuned weddi Ffaldybrenin, am weddi a pherthynas efo'r Arglwydd, a chan Lydia Power o Gydweli am efengylu ar ffurf perthynas yn y manau lle rydym. Cafwyd darlith a chyflwyniad yr un pryl gan Jonathan Thomas o'r Fenni am Rosina Davies a'i rhan amlwg yn niwygiad 04/05 a'r gwersi inni heddiw o sylwi ar yr eneiniad oedd arni. At hanes Mair a Martha yn Luc 10 yr aeth Jonathan ar yr ail noson, gan ein dwyn i sylwi, nid ar y chwiorydd yn y diwedd, ond at wyrth yr Arglwydd sydd yn ein plith yn gofyn inni eistedd wrth ei draed ym mhopeth a wnawn.

Cafwyd arweiniad ardderchog yn y cyfarfodydd i gyd gan y grŵp mawl dan ofal Siân Wyn Rees, Pontypridd, a'r cerddorion i gyd, a chyfle i ganu caneuon mawl fel: 'Bendigedig wyt', 'Daioni Duw', 'Mola'r Iôr, f'enaid i'. Bore hwyliog gafwyd fore Mawrth gyda gwasanaeth teuluol yng ngofal Martyn a Meilyr Geraint, a Martyn yn cael hwyl gyda'i bypedau a'i luniau, a'r plant yng nghanol y cyfan.

Fel y dywedodd Harley Fix o Lanllyfni, a Texas cyn hynny: 'Dwi'n mwynhau bod yn Llanw er mwyn bod yn rhan o'r gymuned o bobl o dros Gymru a bod efo'n gilydd am un waith mewn blwyddyn a gweld sut mae Duw ar waith dros Gymru i gyd.'

Cawsom brofi peth o'r hyn mae Duw yn ei wneud ar draws Cymru ar ddechrau y cyfarfod olaf nos Fawrth pan fu i Joseff Edwards rannu am ei fwradau ef a'i wraig, Lydia, i gychwyn gwaith newydd yn y Gymraeg yn ardal Blaenau Ffestiniog. Soniodd am ei angerdd a'i faich dros ogledd Cymru a llefydd lle mae cynifer o bobl heb syniad am y gwahoddiad graslon sydd gan Iesu Grist i'w adnabod. Gofynnodd am weddi drostynt a'r trefniadau ymarferol yno wrth iddynt gasglu rhai i fod ynglŷn â'r gwaith newydd arloesol hwn.

Clywsom wedyn gan Cynan a Rachel Llwyd o Gaerdydd sydd ynglŷn â gwaith newydd yn y Gymraeg yn ardal Grangetown o'r ddinas, lle mae cymaint o amrywiaeth pobl a chynifer o Gymry Cymraeg



Jonathan Thomas ymysg ffrindiau yn mwynhau'r picnic yn y parc



Lydia, Anna, Cynan a Menna fu'n cyflwyno cyfres o sgrysiâu byr o anogaeth

ifanc yn rhan o'r amrywiaeth hwnnw. Soniodd am heriau gweithio drwy'r pandemig a chael lle i gyfarfod sy'n ddeniadol i'r to iau. Roedden nhw wedi gweld cymuned 'Angor' Grangetown yn tyfu o wythnos i wythnos, gyda chaffi yno'n orlawn o Gymry Cymraeg ar gyfer noson garolau.

Rhannodd Steff Morris, wrth gyflwyno a holi am y ddau le arall, am y gwaith newydd oedd wedi ei gychwyn yn ardal Llandysul ac am yr heriau a'r bendithion a welwyd yno. Cyfeiriodd yn arbennig at y gefnogaeth a welwyd wrth i rai gael eu galw i adael y fan lle roedden nhw ac ymuno efo nhw yn yr ardal a'r gwaith newydd. Peth pwerus oedd cael ymuno fel cynulleidfafa gref o Gymry i weddio dros y gwaith newydd hwn yn ein gwlad, i fod yn ddisgwyllgar ar i'r Arglwydd roi ei fendith ac am gael meddiannu'r etifeddiaeth sydd ganddo ar ein cyfer eto (ac adleisio'r thema a osodwyd ar ddechrau'r wyl gan Stuart).

Wrth holi rhai am yr hyn fu'n help iddynt drwy ymuno yn yr wyl, dyma ddywedodd Rhiannon (16 oed) o Abertawe a oedd yno ei hun fel oedolyn am y tro cyntaf: 'Dwi'n credu mai'r hyn fydd yn aros efo fi ydy gweld pa mor fawr ydy'r gymuned Gristnogol Gymraeg. Ti'n gweld yma nad jyst y grŵp o chwech ohonom ni mewn eglwys fach ydy hi. Mae'n llawer mwy na hynny - ac mae angen ei gwneud yn wyl hirach!'

Cafwyd ffrwd fyw o'r sesiynau i gyd a chyfle i'r rhai oedd adref i ymuno hefyd. Bydd pigion yn ymddangos ar y ffrwd honno ar Facebook [Llanw | Facebook](#) ac ar YouTube dros yr wythnosau nesaf ... ac ambell gân ar Spotify/Apple Music, yn ôl y sôn! Edrychwn ymlaen yn barod felly at wyl hirach yn Aberystwyth y flwyddyn nesaf ac am gael profi Llanw ac adnewyddiad eto. Fyddi di'n rhan ohono?

Beth sy'n 'angenrheidiol'?

Darllen: Luc 10:38–42 – Mair a Martha

Rydym yn byw mewn byd prysur, mewn gwirionedd yn y wlad brysuraf yn Ewrop. Mae Tim Chester wedi sgrifennu yn *The Busy Christian's Guide to Busyness* fod gweithwyr ym Mhrydain yn gweithio naw awr y dydd – awr yn fwy na'r Eidalwyr – a dim ond yn cael 28 o ddyddiau o wyliau; ceir 47 o ddyddiau yn Ffrainc. Rydyn ni hefyd yn gweithio wyth awr o oriau goramser – yn ddi-dâl! Beth am y rhai sydd wedi ymddeol? Cyfrif y moddion yn y bore ac edrych ar ôl yr wyrion yn y prynhawn – prysurach nag erioed! Wedyn, beth am ein ffonau clyfar a'r cyfryngau cymdeithasol? Gwneud gwaith yn rhwyddach? Neu jyst mwy o waith?

Mae hyn yn golygu nad oes fyth amser tawel. Ac felly, mae'r hanes hwn yn hollbwysig yn yr eglwys heddiw. Fel Martha, mae llawer ohonon ni'n awyddus i wasanaethu Iesu. Ac mae'n dda gwneud rhywbeth da ... fel gwasanaethu Iesu! Fe wnes i holiadur yn yr eglwys. Roedd 86% yn gwasanaethu, a 94% ohonyn nhw'n teimlo fod gwasanaethu'n gymorth i dyfu fel Cristion. Ond, mae dau beth sy'n creu problem. *The Pareto principle*: mae 20% yn gwneud 80% o'r gwaith. Ai chi yw'r 20%? A dros amser – ceir blinder. Mae hyn yn creu *hurry sickness*, yn ôl Tim Chester. Rydyn ni'n caru'r syniad o wasanaethu Iesu, ond weithiau mae'r profiad yn hollol wahanol ... yn galed.

Hefyd, fel Martha, mae llawer ohonon ni'n poeni cymaint sydd gennym i'w wneud. Rydyn ni'n dechrau gwasanaethu â brwdfrydedd a gorfoledd, ond mae hynny'n troi'n chwerw ... yn *stress*. Mae rhywbeth da yn troi'n rhywbeth afiach. Rydyn ni'n gallu bod mor brysur yn gwneud gwaith i Dduw fel ein bod ni'n anghofio am y gwaith mae Duw am ei wneud ynom ni. A beth mae Martha'n ei ddweud? 'Arglwydd, wyt ti ddim yn poeni?'

Ydyn ni'n gofyn yr un cwestiwn?

- Wyt ti ddim yn poeni am fy ngweinidogaeth? – pobl ddim yn helpu
- Wyt ti ddim yn poeni am fy mhllant? – y gŵr ddim yn helpu
- Wyt ti ddim yn poeni am beth sydd yn bwysig i mi?

Ydych chi'n teimlo fel hyn?

Mae un rheswm arall pam mae'r stori hon yn berthnasol i ni heddiw: fel Martha, ambell waith dydyn ni ddim yn gwerthfawrogi amser gyda'r Arglwydd. Mae hyn yn anhygoel, yn rhyfeddol. Mae Martha yn dweud wrth Iesu am geryddu Mair am eistedd wrth draed yr Iesu, am wrando. Y foment yma dydy Martha ddim yn gwerthfawrogi amser gyda'r Iesu. Mae hi'n becco mwy am wasanaethu'r Arglwydd na chael ei gwasanaethu gan yr Arglwydd.

Tybed ydych chi fel Martha o gwbl? Sut mae'ch amser tawel chi? Ydy e'n sych, yn

brysur neu'n ffwrdd â hi? Rydw i'n gallu bod fel hyn.

Ydych chi'n meddwl bod amser gyda Duw yn angenrheidiol? Mai dyma ddylai fod y 'rhan dda', neu ydych chi fel fi? Gwrandewch ... peidiwch â theimlo'n euog. Gwrandewch ar ymateb Iesu yn adnod 41. Ydych chi'n gweld y ffordd mae Iesu'n ymateb i *stress* Martha? Dyw e DDIM yn dweud:

- O, bechadur bach ewch 'nôl i'r gegin!
- Peidiwch â siarad efo fi fel 'na ... ewch!
- O wel, Cristion ail lefel wyt ti, *second rate, rubbish!*

Na, mae Iesu'n ymateb gyda geiriau llawn cariad: 'Martha, Martha ...' Wedyn mae'n mynd yn syth at galon y sefyllfa: 'yr wyt yn pryderu ac yn traferthu am lawer o bethau'. Mae Iesu yn gwybod beth sydd yng nghalon Martha – beth mae'n ei deimlo. Dyma newyddion da i chi – mae Iesu yn gwybod am eich teimladau.

Ac yma mae'n rhoi'r cyngor gorau i'n cenhedlaeth ni: 'dewis y rhan orau' (adn. 42), yr angenrheidiol. Mae'r byd busnes yn galw hyn yn *essentialism*. Yn un o'i lyfrau mae Greg McKeown yn disgrifio hyn fel 'the disciplined pursuit of less'.

Sut allwn ni ddysgu dewis y gorau – yr angenrheidiol – fel Mair?

Dyma dri phwynt o'r darn – ar y tri pherson yn yr hanes:

1. Gwnaeth Martha rywbeth da

Mae'n rhaid cofio hyn a bod yn garcus: dydy Luc ddim yn dweud bod Martha'n ofnadwy. Hi roddodd y gwahoddiad i Iesu ddod i mewn i'r tŷ (adn. 38). Dydy Iesu ddim yn dweud bod *activism* (gweithio'n galed) yn wael. Yn union o flaen yr hanes hwn ac er mwyn gosod y cyd-testun, fe geir dameg y Samariad caredig! Na, mae Iesu yn dweud mai'r peth pwysig / y rhan orau / y rhan dda – yw eistedd wrth draed yr Iesu.

Dyma'r pwynt: blaenoriaethu a phwysigrwydd amser gyda Duw, er mwyn byw i Dduw. Mae rhaid i ni adael i Iesu ein gwasanaethu ni cyn i ni ei wasanaethu ef. Dyma'r flaenoriaeth, y drefn gywir – Iesu'n gyntaf.

Dywedodd Spurgeon: 'It is not an easy thing to maintain the balance of our spiritual life. No man can be spiritually healthy who does not meditate and commune; no man, on the other hand, is as he should be unless he is active and diligent in holy service.'

Dyma'r broblem: rydyn ni mynd i wneud pethau. Ond dydyn ni ddim yn eistedd a gwranddo. Felly'r canlyniad ydy dryswch a phryderu. Dydy'r darn hwn ddim yn condemnio gweithio'n galed; mae hynny'n dda. Ond mae rhywbeth mwy pwysig fyth: y rhan orau – eistedd wrth draed yr Iesu.

2. Gwnaeth Mair rywbeth gwell

Dywedodd Kent Hughes: 'The story of Mary and Martha is actually about the necessity of the priority of the word of God in the life of active service for the master.' Mae hyn i gyd ynglŷn â threulio amser gyda Duw er mwyn ei wasanaethu ef. Mae Alistair Begg yn awgrymu bod Iesu yn dweud: 'I want to talk to you about the quality of your relationship with me, rather than the quantity of your work for me.'

Mae'n rhaid i ni ysyried bod gweddi a darllen y Beibl yn allweddol. Dyma'r peth angenrheidiol. Mae popeth arall yn llifo allan o hyn. Mae'r amser tawel yn ein rhoi ni yn ôl mewn ffocws er mwyn inni weld y llun mawr – y *meta narrative* ... Duw!

Felly, pwy ydych chi? Martha neu Mair?

Dyna'r cymhwysiad normal. Ond na! Mae rhaid i ni fod fel y ddwy: Martha yn gweithio, a Mair yn eistedd. Ond nid dyna bwynt yr hanes. Na, mae'n rhaid inni edrych am y gwir arwr yn y stori. Wrth edrych yn rhy fanwl ar Martha a Mair, rydyn ni'n colli'r person mwyaf pwysig.

3. Iesu yw gwir arwr y stori – y gorau

Meddylwch amdano fe. Mae Duw yma: Duw mewn cnawd, wedi dod yn un ohonom. Mae Duw yn siarad. Y Gair oedd wedi creu'r byd a'r nefoedd – popeth. Mae Duw yn dod yn agos. Dyma'r Duw goruchaf yn ymestyn at bobl fel ni. Dyma'r wyrth fwyaf! Dydy Luc ddim yn dweud: peidiwch â bod fel Martha, jyst byddwch fel Mair. Na, mae'r Ysbryd Glân yn dweud drwy Luc: dewch at yr Iesu, gwrandewch arno ef! Wrth darllen y Beibl rydym yn gweld y gweddnewidiad! Rydym yn byw ar ôl y Pentecost; mae'r ysbryd tu mewn i ni. I'r Cristion heddiw, mae darllen y Beibl a gweddi yn golygu eistedd wrth draed yr Iesu. Mae Crist, y Gair, yn y Gair. Mae'r Ysbryd Glân, ysbryd Crist, ynom ni.

Felly, mae darllen a gweddi'n gymundeb, yn gymdeithas, yn foddion gras. Ydych chi'n pryderu, yn becco, yn *stressed*, yn brysur? Ydych chi'n meddwl nad ydy'r Arglwydd yn poeni amdanoch chi? Dewch at draed yr Arglwydd. Fel Mair, dewiswch y rhan orau, y person gorau, Iesu ... yn y gair. Mae'n rhaid inni ddyheu am fod wrth draed Iesu. Mae rhaid i ni dewis bod wrth draed Iesu. Mae Iesu am ddod i mewn i'ch tŷ chi. Mae Iesu am siarad efo chi. Mae Iesu am gael cymundeb, cymdeithas, gyda chi.

Fe fynegodd Ann Griffiths y dymuniad yma'n glir iawn yn y pennill hwn ganddi:

O na chawn i dreulio 'nyddiau'n
fywyd o ddyrchafu ei waed;
llechu'n dawel dan ei gysgod,
byw a marw wrth ei draed;
caru'r groes, a phara i'w chodi
am mai croes fy Mhriod yw,
ymddifyr ym ei berson
a'i addoli byth yn Dduw.

Jonathan Thomas
Y Fenni

(Anerchiad a draddodwyd yng Ngŵyl Llanwl yn Aberystwyth wedi'r Pasg)

Newid Bywydau: cefnogaeth ymarferol i weithwyr plant

Heb os, bu'r ddwy flynedd ddiwethaf hyn yn rhai heriol iawn i weithgarwch gyda phlant yn yr eglwys, a gwelwyd llawer yn penderfynu rhoi'r gorau i fod yn athrawon ac yn arweinwyr. Mae'n debyg y bydd angen i eraill gamu i'r adwy i barhau'r traddodiad o gyflwyno'r efengyl i'n plant. Bydd llawer, fodd bynnag, yn teimlo'n ddihyder ac yn chwilio am ganllaw ac arweiniad. Mae *Newid Bywydau* yn cynnig yr arweiniad hwnnw mewn cyfrol hwylus a chryno. Os ydych yn gweithio gyda phlant ac ieuencid yn yr eglwys (neu'n ystyried dechrau gwneud hynny), dyma gyfrol allai fod o gymorth i chi; mae'n sôn am faterion ymarferol ac ysbrydol mewn perthynas â gweithio gyda phlant mewn ysgol Sul / clwb plant / clwb ieuencid.

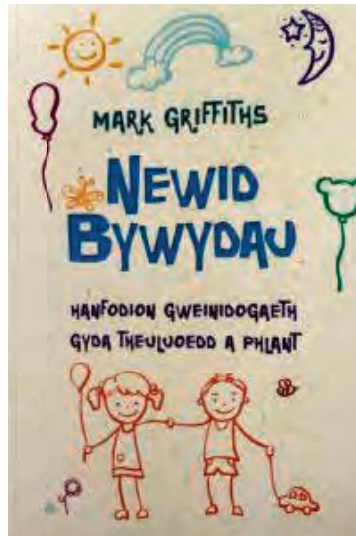
Mae Cyngor yr Ysgolion Sul yn falch iawn o'r cyfle i gael cydweithio ag Athrofa Padarn Sant, Caerdydd, i hyrwyddo a hybu llyfr Cymraeg gan Mark Griffiths yn dwyn y teitl *Newid Bywydau*. Mae Mark wedi bod yn ffigwr amlwg ym maes gweinidogaeth plant ac ieuencid ers nifer fawr o flynyddoedd, ac wedi cyhoeddi cyfrolau ar ysbrydolrwydd plant, sut i weinidogaethu ymhlith plant, a sawl cyfrol o wersi Beiblaidd i blant. Magwyd Mark yn ne Cymru, ond treuliodd flynyddoedd lawer yn gweinidogaethu yn Lloegr, ac yn arwain gweinidogaeth [New Wine](#). Erbyn hyn mae'n hyfforddi ar waith plant, ieuencid a theuluoedd yn Athrofa Padarn Sant yng Nghaerdydd, sef adain hyfforddiant yr Eglwys yng Nghymru.

Rai blynyddoedd yn ôl fe gyhoeddodd Mark lyfr i gwmni cyhoeddi Lion Publishing yn dwyn y teitl *Changing Lives: touching hearts*, cyfrol oedd yn cynnig canllawiau ymarferol ar sut i weithio'n genhadol ymhlith plant. Yn ystod y misoedd diwethaf hyn aed ati i gyfieithu'r gyfrol i'r Gymraeg. Mae *Newid Bywydau* yn trafod y cyfan fydddech am ei wybod am weithio gyda phlant a theuluoedd – sut, pryd, ble a pham?

Treiddia Mark Griffiths i mewn i hanes, diwinyddiaeth ac elfennau ymarferol gweinidogaeth gyda phlant a theuluoedd. Mae'n rhannu ei ddoethineb a'i flynyddoedd o brofiad yn arwain cannoedd o grwpiau gwaith plant ac o gynnal gwasanaethau mewn eglwysi. Mae hwn yn llawlyfr sy'n llawn syniadau ac adnoddau ymarferol, gan ddangos sut i gyfathrebu â phlant mewn eglwys ac ysgol, ac yn y gymuned.

Fe'n cynorthwya i ddatblygu gweledigaeth ac i lunio strategaeth ar gyfer gweinidogaethu i blant a theuluoedd, y tu mewn a'r tu allan i strwythurau ein heglwysi. Mae'n trafod materion fel cadw cofnodion, ymweld â chartrefi, trefnu amserlen a chynllun gwaith, pwysigrwydd gwarchod a diogelu, llunio templedi ar greu gwersi bywiog a chadw diddordeb y plant. Dyma ganllaw allweddol ac ymarferol i bawb sy'n gweithio gyda phlant.

Nid yw'r gyfrol hon ar gael yn y siopau, ond mae modd archebu copi trwy yrru sic am £12 yn daladwy i 'Cyngor Ysgolion Sul' at Aled Davies, Cyngor yr Ysgolion Sul, Ael y Bryn, Chwilog, Pwllheli, Gwynedd LL53 6SH.



Noder hefyd y bydd Cyngor yr Ysgolion Sul yn trefnu taith o ugain noson o gwmpas Cymru – deg noson yn ystod mis Gorffennaf a deg noson arall ddechrau mis Medi – er mwyn cyflwyno'r adnoddau diweddaraf sydd ar gael gennym. Fe ddaw mwy o wybodaeth am ddyddiadau a lleoliadau yn fuan.

Tybed ydych chi'n darllen hwn ac yn byw mewn ardal lle nad oes ysgol Sul neu glwb plant ar hyn o bryd?

Efallai fod Duw yn eich galw chi i sefydlu gwaith newydd.

Beth am drafod gydag eraill o'ch cwmpas i weld a oes cyfle i gydweithio?

Aled Davies

www.ysgolsul.com

Gwahoddiad i Fforwm Ffydd (Undeb Athrofa'r Bala)

Mewn cyfnod mor ddiryngol yn hanes y byd, mae'n hanfodol ein bod yn dal ein gafael ar obaith, yng ngeiriau Pablo Neurada, 'yn dal i bysgota am olau mewn pwll o dywyllwch'. A 'Gobaith y Cristion' fydd thema'r Fforwm Ffydd (Undeb Athrofa'r Bala) a gynhelir eleni yn Seilo, Eglwys Unedig Llandudno, ddydd Mawrth, 17 Mai, i ddechrau am 9.45 y bore.

Rydym am edrych yn benodol ar dri maes yn y gynhadledd. Bydd Dr Ruth Richards, Prif Weithredwr Dyfodol i'r Iaith, yn trafod 'Gobaith ym maes iaith a Diwylliant' a daw Dr Elin Ellis Jones, Ymgynghorydd Seiciatryddol yn Ysbyty Aneurin Bevan atom i drafod 'Gobaith ac Iechyd Meddwl'. Fe gloir y gynhadledd gan y Parch Beti-Wyn James, Gweinidog Gofalaeth y Priordy, Caerfyrddin, fydd yn trafod 'Gobaith a'r Eglwys'.

Wedi gorfod gohirio cyfarfod am ddwy flynedd yn olynol oherwydd y pandemig, edrychwn ymlaen yn eiddgar at y gynhadledd. Mae'r cyfarfod yn agored i bawb sydd â diddordeb, o bob enwad, ac fe fydd yn hyfryd croesawu hen gyfeillion a chyfeillion newydd atom i wrando a thrafod. Dewch yn llu!

Eric Jones (Cadeirydd)

Megan Williams (Ysgrifennydd)

S4C

Caniadaeth y Cysegr

Sul, 8 Mai, am 7:30yb a 4:30yp

Mererid Hopwood yn trafod emynwyr a cherddorion o amrywiol wledydd sydd wedi cyfrannu tuag at ein hemynyddiaeth

Sul, 8 Mai, am 12:00yp

Gwasanaeth dan ofal Iwan Llywelyn Jones, Porthmadog

BBC radio cymru

Dechrau Canu, Dechrau Canmol

Sul, 8 Mai, am 7.30yh (ailddarllidir am 11:30yb y Sul canlynol)

Wrth nesáu at Wythnos Gweithredu Dementia, clywn am eglwysi sy'n estyn llaw i bobl â dementia

I weld y cyhoeddiad digidol *Cenn@d* yn llawn, dilynwch y ddolen hon: www.cennad.cymru

(Cyhoeddir *Cenn@d* ar ran Undeb Bedyddwyr Cymru ac Eglwys Bresbyteraidd Cymru, a rhennir tudalennau cydenwadol y cyhoeddiad ag Undeb yr Annibynwyr Cymraeg)

CYD-GWRDD AR ÔL DWY FLYNEDD

Anodd credu bod dwy flynedd wedi hedfan ers i Annibynwyr Gorllewin Caerfyrddin ddod at ei gilydd wyneb yn wyneb mewn cwrdd chwarter. Yn ystod y cyfnod hwnnw, llwyddwyd i gynnal cyfarfodydd trwy gyfrwng Zoom – technoleg roedd braidd neb wedi clywed amdano cyn Covid. A thrwy'r cyfrwng hwnnw y cynhaliwyd y cyfarfod hwyrol, pan gafwyd dau gyflwyniad ardderchog am dementia (gweler Tyst blaenorol). Ond yn y bore ar ddydd Iau 10 Mawrth, daeth 26 o gynrychiolwyr eglwysi'r cyfundeb ynghyd yng nghapel Ebeneser, Abergwili. Dyma grynodedd o'r cofnodion gan Joan Thomas o'r cyfarfod hwnnw.

Croesawodd y Parchg Emyr Gwyn Evans, gweinidog yr eglwys, bawb cyn cymryd at y defosiwn a'r weddi. Eirwen Jones ddarllenodd, a'r cyfeilydd oedd Enfys Howells. Cyn camu lawr o'r gadair ar ôl dwy flynedd yn y swydd, fe wnaeth Elonwy Phillips adrodd ychydig o'i hatgofion am Gyrrddau Chwarter ei phlentynod a'i hieuentid. Diolchodd i Jean Lewis, y cyn-ysgrifennydd, am ei holl waith a chefnogaeth, i Joan Thomas am ei chymorth yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf, ac i Alun Lenny am reoli'r dechnoleg yn ystod cyfnod y pandemig.

Cadeirydd newydd

Fe gyflwynodd Elonwy Feibl y Cyfundeb i'w holynydd, y Parchg Tom Evans. Cafodd Tom ei ordeinio ym Methania, Tymbl lle bu'n weinidog, cyn ymuno â Chymorth Cristnogol, lle bu'n gweithio tan 1989. Bu'n uwch-gynhyrchydd Adran Grefydd Radio Cymru, uwch-ddarlithydd yng Ngholeg y Drindod, a Chaplan, ac yna prif Gaplan gyda Heddlu Dyfed-Powys. Dymunodd Elonwy yn dda iddo fe fel cadeirydd, ac i'r swyddogion yn ystod eu tymor hwy.



Cerdded ffordd Emaus sawl tro

Diolchodd Tom Evans i Elonwy Phillips am ei gwaith dros gyfnod anodd, a diolch i'r cyfundeb am ei ymddiriedaeth ynddo. Mynegodd hefyd ei werthfawrogiad o groeso aelodau Peniel iddo ef a'i wraig Marilyn, pan ddaethant i'r pentre i fyw, a diolchodd iddi hi am adael iddo ddilyn ei ddiddordebau ar hyd y blynyddoedd. Mewn anerchiad cryno ond pwerus talodd deyrnged i'r Parchg Dr Pennar Davies, 'Dyma'r dyn mwyaf i mi gwrdd â fe erioed, a rhoddodd yr allwedd i fi ddod i'r weinidogaeth,' meddai Tom.

Chwe deg mlynedd yn ôl i'r Pasg eleni arweiniodd ei oedfa gyntaf, a hynny ar y testun am y ddau yn cwrdd ag Iesu ar ddydd yr atgyfodiad ar y ffordd i Emaus, a dyna hefyd oedd testun ei anerchiad yn y Cwrdd Chwarter. 'Dwi erioed wedi cael profiad ffordd Damascus, ond gallaf ddweud hyn wrthyh chi: rwy wedi cerdded a cherdded a cherdded ffordd Emaus. Mae ffordd Emaus yn ein harwain ni at gymdeithas – cymdeithas o ddiethriaid sy'n dod yn ffrindiau, ac yn bennaf oll i gymdeithas ag Iesu o Nasareth. Credir bod y llwybr i Emaus fel gwely afon, yn garegog ac yn anodd ei gerdded. Mae llwybr ffydd yn garegog ac yn anodd ar brydiau hefyd, ac mae llwybr ffydd yn ein gorfodi ni i amau a gofyn 'Beth yw ystyr hyn?' Ond wrth i ni wneud hyn, ry'n ni'n dod o'r newydd i'r gwirionedd sy'n dal yn wirionedd o hyd.'

Fe wnaeth Tom Evans ddyfynnu o lyfr y diwinydd Pabyddol John Dominic Crossan *The Power of the Parable*. Wrth gyfeirio at hanes ffordd Emaus, meddai Crossan: 'The story is a parable about loving, that is, feeding the stranger as yourself, and finding Jesus still fully present in the encounter.' 'Mae gyda ni i gyd y cyfle i gerdded i Emaus, a chredwch chi fi, ar ôl 60 mlynedd, gallaf ddweud â llaw ar fy nghalon fod hi'n daith sy'n werth ei chymryd.' Cyn chwarae recordiad o'r dôn o Taizé, 'Laudate omnes gentes' i gloi ei anerchiad, fe wnaeth Tom Evans ddyfynnu trosiad Pryderi Llywd Jones o eiriau John Bell:

Mae Iesu Grist mewn dicter, mewn dicter ar y stryd,
wrth weld yr anghyfiawnder sy'n chwalu undod byd.

Rwyf innau, Arglwydd Iesu, mewn dicter gyda thi
yn aros nawr dy Deyrnas, rho le i'm dicter i.

Blas o weddill y cyfarfod

Mynegwyd tristwch am golli'r Parchg Meirion Sewell, un o ffyddloniaid y Cwrdd Chwarter, a fu'n ffyddlon i'w Arglwydd gan bregethu hyd y diwedd. Estynnwyd cydymdeimlad gyda'i wedd ac eglwysi ei ofalaeth.

Cytunwyd i ysgrifennu at y Llywodraeth yn

Llundain i fynegi ein gofid am y sefyllfa yn Wcráin.

Mae Undeb yr Annibynwyr yn gofyn am enwebiadau ar gyfer Trysorydd newydd, gan fod tymor Meryl James, y trysorydd presennol, yn dod i ben. Gan ei bod yn aelod o'n Cyfundeb, cytunwyd i anfon gair o ddiolch iddi.

Llongyfarchwyd y Parchg Beti-Wyn James, nid yn unig ar fod yn Llywydd yr Undeb, ond am iddi arwain Parêd Gŵyl Ddewi 2022 trwy dre Caerfyrddin, ac am ennill prif wobwr Diwylliant Cyngor Sir Gâr eleni am gyflwyniadau drwy'r dechnoleg newydd yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf. Diolchwyd iddi am ei gwaith.

Cymorth Cristnogol a Masnach Deg

Mae Cymorth Cristnogol wedi cyhoeddi apêl at Wcráin, lle mae'r elusen yn cydweithio gyda'i phartner, ACT, yn y wlad yn dosbarthu bwyd, ac ati. Mae Apêl Afghanistan hefyd yn parhau, a nifer o eglwysi'r Cyfundeb wedi cyfrannu. Mae deunydd ar gael ar gyfer yr Wythnos CC, ac amlenni gyda chyfeiriad arnynt yn nodi ble gall pobl ddychwelyd yr amlenni. Cawsom ein hatgoffa i ddefnyddio nwyddau Masnach Deg yn ein heglwysi. Mae stondin hefyd yn y swyddfa yng Nghaerfyrddin, a phe bai rhywun am fynd yno, byddai'n werth sicrhau ymlaen llaw fod y lle ar agor.

Gŵyl y Sul Sbesial

Cynhelir Gŵyl y Sul Sbesial yn yr Egin ar ddydd Sul, 10 Gorffennaf 2022, ar derfyn Cyfarfodydd Blynyddol yr Undeb. Llawenydd yw cyhoeddi bod y darlledwr enwog Huw Edwards wedi cytuno i annerch. Dilynyr yr anerchiad gyda thrafodaeth dan arweiniad ein cadeirydd, Tom Evans. Darperir gweithgaredd ar gyfer y gwahanol oeddrannau, fel arfer a bydd cyfle i gael te wedyn.

Rhaglen Arloesi a Buddsoddi

Mae'r Priordy a Bethlehem Newydd wedi derbyn nawdd o'r Rhaglen Arloesi a Buddsoddi: y Priordy ar gyfer arloesi arlein, er mwyn prynu arbenigedd i'w helpu, a Bethlehem Newydd ar gyfer gwaith dyngarol yn y gymuned, cynllun sydd wedi dod â brwdfrydedd newydd i'r eglwys. Mae Bryn Iwan wrthi yn paratoi i gyflwyno cais am nawdd ar gyfer cynllun i helpu'r

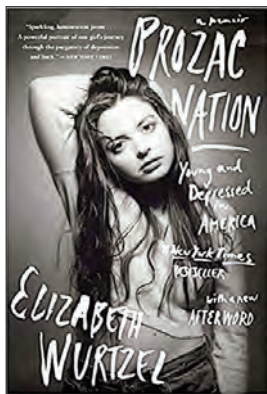
parhad ar y dudalen nesaf



Barn Annibynnol

O ble y dawn ein hoptimistiaeth?

Does dim dwywaith ein bod yn byw mewn oes anodd iawn. Aeth bron i 30 mlynedd ers i Elizabeth Wurtzel gyhoeddi ei chofiant *Prozac Nation*. Yn hwnnw fe amlinellodd sut yr aeth hi trwy ei bywyd ifanc yn ddibynol ar y cyffwr Prozac i'w chadw ei hun yn gall. Roedd ganddi dueddiad at iselder ysbryd oedd mewn perygl o ddistrywio'i bywyd, ond fe ddaeth Prozac yn gyfaill mynwsol iddi, a llwyddodd i'w helpu i fynd trwy'r coleg ac egin gyrfa heb chwalu'n rhacs.



Mae'n debyg i Wurtzel ysgrifennu'r llyfr yn wreiddiol o dan y teitl *I hate myself and I want to die*, ond mynnodd y cyhoeddwr ei bod yn newid y teitl cyn ei gyhoeddi.

Iselder

Un o gyfraniadau pwysig y llyfr hwnnw oedd iddo helpu'n deftro i'r heriau hynny

sy'n wynebu canran o'n poblogaeth sydd yn dioddef o iselder ysbryd cynhenid, sy'n gallu eu bwrw ar unrhyw adeg heb esboniad, a heb ganiatáu iddyn nhw unrhyw synnwyr o ble mae gwaelod eu pydew. Mae'r ddealltwriaeth o'r cyflwr hwnnw wedi gwella, gan gynnwys dealltwriaeth o'r cemegau sydd yn gweithio yn y corff dynol i achosi, neu leihau iselder. A diolch am hynny.

Problemau

Fodd bynnag, rwy'n synhwyro fod epidemig o'n cwmipas ar hyn o bryd sy'n effeithio ar bobl na fyddai fel arfer yn dioddef o iselder ysbryd. Mae ffactorau y tu allan i ni'n hunain yn ein bwyta ni ar hyn o bryd. Oes angen eu rhestru? Wcráin. Y pandemig. Llywodraeth sydd yn ymddangos i fecso dim am y boblogaeth, ac sydd â thrwynau eu ffrindiau yn y cafnau ariannol. Prinder tai i bobl ifanc allu byw ynddyn nhw am rent teg, heb sôn am eu prynu. Y ffaith i 40%+ o bobl Ffrainc bleidleisio dros ffasgwraig. Triniaeth ein gwlad ni o ffoaduriaid, gan gynnwys y cynllun i'w ffoadur i Rwanda. Ymddangosiad y digartref unwaith eto ar ein strydoedd, wedi i ni weld ein strydoedd yn glir yn nyfnder y pandemig. Straen ar yr iaith mewn ardaloedd cwbl Gymraeg. Ydych chi angen Prozac wrth ddarllen y rhestr?

Egwyddorion Ei Deyrnas

Y rhyfeddod yw hyn: Mae gwyddonwyr yn gwella dealltwriaeth bob blwyddyn eu o'r hyn sydd yn y corff a'r ymennydd dynol sy'n gallu achosi iselder. Yn yr un ffordd mae'r hil ddynol yn gwybod yn iawn beth yw'r ffactorau allanol i ni'n hunain a allai leihau'r problemau seicolegol sy'n codi ynom ni. Yn y rhestr uchod o broblemau cymdeithas, byddai

dynoliaeth sy'n gweithredu dysgeidiaeth lesu yn gallu sortio'r cyfan – osgoi rhyfel wrth arfer ei werthoedd ef, cyfiawnder ac onestrwydd mewn llywodraeth gan roi i'r tlawd a'r anghenus yn gyntaf, condemnio'r cyfoethogion barus, a rhannu adnoddau yn ôl angen. Croesawu'r ffoadur – ond hefyd gweithio i rannu cyfoeth y byd i leihau'r angen i bobl deithio ar draws cyfandiroedd i ddianc rhag tlodi.

Gorchymyn

Felly, yn 2022 ry'n ni'n talu labordai i arbrofi gyda chyffuriau newydd, i fynd at graidd y cydweithio cemegol pwysig rhwng serotonin ac adrenaline ... ond dy'n ni ddim clyfrach nag oedden ni ddwy fil o flynyddoedd yn ôl wrth daclo'r pethau allanol hynny sydd yn gallu gwneud pob un ohonon yn iselach. Ond mae un cysur pellach yng ngeiriau lesu. *Gorchymyn* i garu a gafwyd ganddo. Nid taflu hint wnaeth e. Nid opsiwn, ond gorchymyn. Ac yn y gorchymyn hwnnw mae'n hiachawdwriaeth ni. Achos tra pery'r rhai sydd am garu, mae posiblirwydd am fyd gwell, lle gall cenedloedd fyw mewn heddwch, lle bydd cymydog yn gofalu am gymydog, a'r ifanc yn sicr o do uwch eu pennau.

Ar ei gorau, dyna fu cyfraniad mawr yr eglwys ar hyd y canrifoedd. Efallai ei bod hi'n amser i'n ffocws symud yn fwy amlwg o gynnal oedfa neu gynnal defod neu draddodiad, a gosod ein stonid yn eglur mai gwaith yr eglwys yw cynnal pobl. Yn y gweithredu hwnnw mae cynhaliaeth i ni'n hunain. Ac yn y gweithredu hwnnw, gallwn gynnal ein cymunedau. Ac efallai gall y gwyddonwyr yn y diwedd ddatrys yr anawsterau sy'n weddill. Bydd wastad digon o waith iddyn nhw hefyd.

Geraint Rees

(Nid yw cynnwys y Barn Annibynnol o reidrwydd yn adlewyrchu safbwynt Undeb yr Annibynwyr na'r tîm golygyddol.)

CYD-GWRDD – parhad

gymuned leol, a nodwyd bod angen cefnogaeth y Cyfundeb ar y ceisiadau. Mae'r Priordy a Bethlehem Newydd yn barod i rannu'u profiad hwy wrth baratoi.

Undeb150

Mae pedair adran: y cyflwyniad, dan y trefnydd Tom Evans; arlwy, dan ofal y trefnydd Jean Lewis, gyda chymorth Joan Thomas; llunyddiaeth dan ofal Alun Lenny; stiwardiaid dan ofal Marlene Jones ac Arthur Morgan; a chyllid dan ofal Rhian White – sy'n gofyn a oes gennym aelodau sy'n rhedeg busnes, a fyddem yn barod i roi eu henwau iddi hi er mwyn iddi gysylltu â hwy i ofyn am nawdd. Bydd hefyd yn anfon apêl i'r eglwysi i ofyn am gyfraniad.

Cyfarfod i drafod gwaith ymddiriedolwyr eglwysi

Yn dilyn y cyfarfod rhithiol hynod lwyddiannus i drafod y mater hwn, cynhelir

cyfarfod wyneb yn wyneb ym mis Ebrill, ar ddyddiad sy'n gyfleus i Dyfrig Rees, Ysgrifennydd Cyffredinol yr Undeb, gan ei fod ef yn awyddus i fod yn bresennol. Byddwn hefyd yn gwahodd cyfreithiwr. Pwysleisiwyd yr angen i bob eglwys fod ag o leiaf pedwar ymddiriedolwr; pwysigrwydd gwybod ble mae'r gweithredoedd a beth yw eu cynnwys; a chael yswiriant priodol.

Cadarnhau a chyflwyno'r is-gadeirydd newydd

Mae Rhiannon Mathias yn gweithio'n ddiwyd yn ei heglwys a'i chymuned – yn ysgrifennydd yr eglwys, diacon, cynorthwywr yn yr Ysgol Sul, yn ffyddlon iawn i'r Cwrdd Chwarter; yn un o arweinyddion Clwb Ffermwyr Ifainc; aelod a chyn-lywydd Merched y Wawr Bro Elfed; ac wedi ennill plât Halen y Ddaear am ei chymorth i bawb. Llonyfarchodd y cadeirydd hi, a dymuno'n dda iddi.

Cwrdd Chwarter nesa: dydd Iau, 12 Mai yn Nebo, Llanpumsaint am 4.00 a 7.00.

Cyfarfodydd Blynyddol Undeb yr Annibynwyr Cymraeg 2022

Trwy ryw amryfusedd nid oedd dyddiadau Undeb 150 wedi eu cynnwys yn yr ohebiaeth a anfonwyd o'r swyddfa'n ddiweddar. Ymddiheuriadau fil am hyn.



Dyma nodi, felly, mai o brynhawn Iau, 7 Gorffennaf hyd at amser cinio ddydd Sadwrn, 9 Gorffennaf y cynhelir y gynhadledd flynyddol eleni.

Bydd croeso mawr a chynnes yn ein disgwyl ac edrychwn ymlaen at ddod ynghyd i Gaerfyrddin yn yr haf.

Erthyglau, llythyrau at y Prif Olygydd:
Y Parchg Ddr Alun Tudur
 39 Dorchester Avenue, Pen-y-lan,
 Caerdydd, CF23 9BS
 Ffôn: 02920 490582
 E-bost: aluntudur@btinternet.com

Golygyddion
Y Parchg Iwan Llewelyn Jones
 Fronheulog, 12 Tan-y-Foel,
 Borth-y-gest, Porthmadog, Gwynedd,
 LL49 9UE
 Ffôn: 01766 513138
 E-bost: IwanLlew@aol.com

Alun Lenny
 Porth Angel, 26 Teras Picton
 Caerfyrddin, Sir Gâr, SA31 3BX
 Ffôn: 01267 232577 /
 0781 751 9039
 E-bost: alunlenny@hotmail.co.uk

Archebion a thaliadau i'r Llyfrfa:
Tŷ John Penri, 5 Axis Court, Parc
Busnes Glanrafon, Bro Abertawe
ABERTAWA SA7 0AJ
Ffôn: 01792 795888
 E-bost: undeb@annibynwyr.cymru

Dalier Sylw!

Cyhoeddir yr Adran Gydenwadol gan Bwyllgor Llywio'r Adran Gydenwadol ac nid gan Undeb yr Annibynwyr Cymraeg. Nid oes a wnelo Golygyddion Y Tyst ddim â chynnwys yr Adran Gydenwadol.

Bedydd



Ar fore Sul 27 Mawrth 2022 fe gafodd aelodau eglwys Caersalem, Pontyberem y fraint o dystio i fedydd Leo Llywelyn mab annwyl Elen Jane ac Owain Davies ac wŷr annwyl Delyth Price. Bu'r bychan yn llon a diddig trwy gydol y gwasanaeth o dan ofal ein gweinidog y Parchg Emlyn Dole.

Gweddi am Heddwch

Dros y rhai sy'n dianc o'u cynefin:
 croeso gan eraill
 Dros y rhai sy'n aros yn eu cynefin:
 diogelwch
 Dros y rhai sy'n amddiffyn eu
 teuluoedd: heddwch

Dros y rhai sydd wedi torri eu
 calonnau ac anobeithio: cysur
 Dros y rhai sy'n ofni nad oes dyfodol:
 gobaith
 Dros y rhai sydd â chyfrifoldeb i
 arwain: doethineb.

*Addasiad Gwilym Wyn o weddi gan
 fynachdy Poor Clare, Galway*

Llun: Cannwyll Priordy Caerfyrddin



Sul y Mamau



Braf oedd cael bod yn y gynulleidfa yn gwrandao ar wasanaeth Sul y Mamau gan griw o aelodau ffyddlon eglwys Hope-Siloh.

O ystyried sefyllfa'r byd ar hyn o bryd a'r rhyfel erchyll diangen yn Wcráin addas iawn oedd trafod effaith y rhyfel ar famau Wcráin a Rwsia. Cafwyd darlenniadau teimladwy ac eitemau cerddorol amrywiol yn unawdau ac eitemau torfol. Un eitem gofiadwy iawn oedd cerdd a ysgrifennwyd gan Delyth Mai Nicholas yn sgil y rhyfel hwn, a honno wedi'i gosod i gerddoriaeth deimladwy gan Eric Jones. Braint oedd cael bod yno ar gyfer y perfformiad hwnnw. Diolch i Gwen ac Eric am drefnu unwaith yn rhagor.

Jennifer Clarke

Penderfyniadau i Undeb 150

Mae cyfle i gyflwyno penderfyniadau i'r Gynhadledd flynyddol. Dylai rhybudd o bob penderfyniad, wedi ei lofnodi gan y cynigydd a'r eilydd, gyrraedd yr Ysgrifennydd Cyffredinol erbyn dydd Gwener, 20 Mai fan bellaf.