Ewyllys Da...

Faith Will...

Adnoddau addoli

Mae byd ansicr yn gallu rhoi prawf ar ein ffydd. Ac eto, pan fydd gobaith yn ein huno, bydd ein ffydd yn mynd i'r afael ag anghyfiawnder – ac yn helpu cymunedau ym mhob man i sicrhau newid parhaus.

Mae eich Ffydd yn bwerus. Felly hefyd eich Ewyllys.

Mae Cymorth Cristnogol yn dod â chyfarfodydd Crynwyr ac eglwysi o bob math at ei gilydd i annog pobl i gofio eu ffydd eu hunain, a Cymorth Cristnogol, yn eu Hewyllys.

Pa un a fyddwch yn cwrdd am bum munud neu am awr gyfan, boed y gynulleidfa'n fawr neu'n grŵp bychan, mae'r canllaw hwn yn cynnwys pob dim sydd ei angen i ysbrydoli pawb yn eich cynulleidfa i feddwl am adael rhodd yn eu Hewyllys.

Cynnwys

Ysbrydoli'ch addoliad	**Tudalen 04**
Pam gwneud Ewyllys Da?	**Tudalen 05**
Emynau a chaneuon i gymell haelioni	**Tudalen 06**
Eich gwasanaeth Ewyllys Da	**Tudalen 07**
Ysbrydoli pawb o bob oed	**Tudalen 09**
Ysbrydoli myfyrdod	**Tudalen 11**
Ysbrydoli pregethau	**Tudalen 13**
Ysbrydoli gweithredu	**Tudalen 15**
Atodiad	**Tudalen 17**
Gweddi Ewyllys Da	**Tudalen 17**
Sgwrs i bob oed: Y dderwen fawr	**Tudalen 17**
Sgwrs i blant bach: Y dderwen fawr	**Tudalen 18**
Gweddïau eraill	**Tudalen 19**
Ffyrdd hawdd i siarad am Ewyllys Da	**Tudalen 21**
Nodiadau pregeth: Gadael rhodd fel penderfyniad	**Tudalen 22**
Nodiadau pregeth: Gadael rhodd i greu newid	**Tudalen 23**
Ysbrydoli myfyrdod: Gweithgaredd 1	**Tudalen 24**
Ysbrydoli myfyrdod: Gweithgaredd 2	**Tudalen 25**
Ysbrydoli myfyrdod: Gweithgaredd 3	**Tudalen 26**
Cwestiynau i grŵp bach	**Tudalen 30**

Ewyllys Da...

Ysbrydoli'ch addoliad

Bydd y rhan hon o'r canllaw yn eich helpu i gynnal gwasanaeth Ewyllys Da er mwyn sôn wrth eich cynulleidfa am roddion mewn Ewyllysiau. Yn ogystal â helpu cymunedau i sicrhau newid sy'n para, mae rhoddion mewn Ewyllysiau'n ffordd i ni ddiolch am haelioni Duw. A helpu i'n ffydd barhau ymhell ar ôl ein hôl.

‘Rydyn ni’n gymuned sy’n gwneud llawer i helpu ein gilydd... os bydd pobl yn wynebu problem, fyddwn ni ddim yn gadael iddyn nhw ddioddef ar eu pen eu hunain.’

Esther

Esther Saizi mewn eglwys ger ei chartref. Mae Esther yn ffermwr pys colomennod ym Malawi. Gyda help gan Gymdeithas Ffermwyr Nandolo, sy’n bartner i Cymorth Cristnogol, mae Esther wedi gallu cynyddu’r cnwd a chodi pris uwch am ei chynnyrch. Mae’r incwm hwn yn helpu Esther i gynnal ei theulu.

Pam gwneud Ewyllys Da?

Drwy adael rhoddion yn eich Ewyllys i’ch eglwys ac i Cymorth Cristnogol, bydd eich cynulleidfa’n gallu:

- Mynd i’r afael ag anghyfiawnder a helpu cymunedau yn y DU a thrwy’r byd i greu newid sy’n para.
- ‘Gadael i’w bywydau lefaru’ a gadael i’w gwerthoedd fyw ar eu hôl.
- ‘Talu ymlaen’ am yr haelioni y maent wedi’i gael yn ystod eu hoes – gweler y gweithgareddau gweddi ar dudalen 12 am ragor o wybodaeth am hyn.

‘Ffydd ydy’r sicrwydd fod beth dŷn ni’n gobeithio amdano yn mynd i ddigwydd. Mae’n dystiolaeth sicr o realiti beth dŷn ni ddim eto’n ei weld.’

Hebreaid 11:1

Ewyllys Da...

Faith Will...

Emynau a chaneuon o fawl i gymell haelioni

Mae digonedd o emynau a chaneuon o fawl sy'n sôn am nerth ein ffydd ac a allai ysbrydoli'ch cynulleidfa:

Maurice Omorojie, gweinidog o dan hyfforddiant yn yr Eglwys Ddiwygiedig Unedig, Christ Church Petts Wood.

Emynau a chaneuon o fawl i gymell haelioni
Mae digonedd o emynau a chaneuon o fawl sy'n sôn am nerth ein ffydd ac a allai ysbrydoli'ch cynulleidfa:

Agor di ein llygaid, Arglwydd (W. Rhys Nicholas)
Emyn yn galw ar Dduw i agor ein llygaid a'n meddyliau i weld anghenion y byd gan annog ymateb o gydymdeimlad a gweithredu er lles eraill.

Mawr dy ffyddlondeb (Thomas Chisholm, cyf Dafydd M. Job)
Emyn sy'n adleisio'r neges yn Hebreaid 11, gan bwysleisio ffyddlondeb a gofal Duw.

I'n Duw, rhoddwn ddiolch glân (Henry Smith, cyf Arfon Jones)
Cân o ddiolch am roddion Duw.

Ior gwna fi'n offeryn dy hedd (Gweddi Sant Ffransis, cyf Siân Rhiannon)
Emyn sy'n addas i'r thema 'gadael i'ch bywyd lefaru', yn gofyn am help gan Dduw i fod yn gyfrwng i'w waith yn y byd.

Cymer, Arglwydd, f'einioes (Frances Havergal, cyf John Morris-Jones)
Emyn sy'n ein cysegru ein hunain a'n holl eiddo at wasanaeth Duw.

Rho imi nerth i wneud fy rhan (E. A Dingley, cyf Nantlais)
Emyn sy'n gofyn am help gan Dduw i fod yn gyfrwng i'w waith yn y byd.

Pob peth, ymhell ac agos (Elfed)
Emyn sy'n moli Duw fel ffynhonnell pob creadigaeth.

Ewyllys Da...

Faith Will...

Eich Gwasanaeth Ewyllys Da

Mae croeso i chi ddilyn yr amlinelliad hwn yn eich gwasanaeth am wneud rhoddion mewn Ewyllys, neu ei addasu i'ch cyd-destun eich hun.

1. Ateb agoriadol

Dduw cariadus, daethom i'th addoli.

Cynorthwya ni i weddïo arnat drwy ffydd,
i ganu mawl i ti gan ddiolch,
a gwrando'n eiddgar ar dy air.

Diolch i ti am fod yn Dduw haelionus
sy'n ffyddlon o genhedlaeth i genhedlaeth.
Amen

2. Emyn neu gân

Dewis o'r rhestr ar dudalen 6.

3. Gweddi agoriadol

Hollalluog a bythfywiol Dduw,
Diolchwn am bawb sydd wedi gadael rhodd o ffydd i ni: y rheini sy'n adnabyddus i ni'n bersonol a'r cenedlaethau di-ri o'u blaen, sydd mor niferus â'r sêr yn ffurfafen y nos.

Arwain ein calonnau wrth i ni ystyried y grym a geir o wneud rhodd mewn Ewyllys i drawsnewid y byd.

Dyro i ni ysbryd haelionus, o wybod bod pob dim sydd gennym yn dod oddi wrthyt ti.

Cynorthwya ni i weithio dros fyd lle gall pawb fyw eu bywyd yn llawn.

Er mwyn dy enw.
Amen.

4. Dewisol: Cyffes a maddeuant pechodau

DS Os ydych mewn cynulleidfa Anglicanaidd a hwn yw'ch prif wasanaeth ar y Sul, dylech gynnwys cyffes a maddeuant pechodau a fydd ar ffurf wedi'i hawdurdodi.

'Oes! Mae tyrfa enfawr o'n cwmpas ni yn dweud mai trystio Duw ydy'r ffordd orau i fyw. Felly gadewch i ni gael gwared â phopeth sy'n ein dal ni'n ôl, yn arbennig y pechod sy'n denu'n sylw ni mor hawdd. Gadewch i ni fod yn benderfynol o ddal ati, a rhedeg y ras sydd o'n blaenau i'w diwedd. Rhaid i ni hoelio'n sylw ar Iesu – fe ydy'r pencampwr a'r hyfforddwr sy'n perffeithio ein ffydd ni.'
Hebreaid 12:1-2

5. Darlleniad o'r Beibl

Darllen Hebreaid 11:1

Os byddwch yn rhoi sylw i'r bennod gyfan a'i fod yn wasanaeth i bob oed, **gorffennwch ar adnod 16.**

6. Pregeth neu sgwrs

Dewiswch un o'r awgrymiadau am themâu pregethau ar dudalen 14 am roddi a gwneud rhoddion mewn Ewyllysiau, fel **Genesis 15:5**.

'A dyma'r ARGLWYDD yn mynd ag Abram allan, a dweud wrtho, "Edrych i fyny i'r awyr. Cyfra faint o sêr sydd yna, os fedri di! Fel yna fydd dy ddisgynyddion di – yn gwbl amhosib i'w cyfri."'

Fel arall, gallech ystyried yr awgrymiadau hyn a'u haddasu ar gyfer eich pregeth er mwyn cyd-fynd â'r darlleniadau penodedig ar gyfer y Sul.

Syniadau ar gyfer pregeth ryngweithiol

Mae rhywbeth a allai ymddangos yn weithred fach o ffydd nawr, fel addo gadael rhodd yn eich Ewyllys, yn gallu bod yn debyg i fesen fach sy'n tyfu dros amser yn dderwen fawr. Gallech ddangos mesen neu lun o dderwen i gyfleu hyn.

Neu gallech ddefnyddio ysgrifen anweledig i ddangos bod pethau sy'n anweladwy nawr yn gallu dod yn weladwy yn y dyfodol. Cymerwch ddarn o bapur ac ysgrifennu neges o obaith mewn creon **gwyn**. Wedyn, taenwch baent dyfrlliw tywyll dros y neges – bydd y neges yn dod i'r golwg!

7. Emyn neu gân

Dewis o'r rhestr ar dudalen 6.

8. Offrwm neu gasgliad

Os yw'ch eglwys yn arfer cymryd offrwm neu gasgliad, byddai hyn yn gyfle i gyflwyno'r syniad o adael rhodd yn eich Ewyllys i'ch eglwys leol ac i Cymorth Cristnogol.

Gallech gyflwyno'r syniad hwn fel hyn:

Rydyn ni wedi bod yn meddwl sut byddai'n ffydd yn gallu parhau ar ein hôl a pha rodd y gallen ni ei adael.

Un ffordd i chi adael i'ch gwerthoedd fyw ymlaen yw drwy gefnogi'ch eglwys a Cymorth Cristnogol ymhell i'r dyfodol.

Wrth gymryd y casgliad heddiw, beth am ystyried gwneud addewid i adael rhodd yn eich Ewyllys i'r eglwys ac i Cymorth Cristnogol? Drwy'ch haelioni, gallwch helpu cymunedau i ffynnu nawr ac yn y dyfodol.

Os hoffech chi gael gwybod mwy am hyn, bydd yr holl wybodaeth sydd ei hangen yn y daflen Ewyllys Da a roddwyd i chi neu ewch i'r wefan caid.org.uk/faith.

9. Gweddi

Ar dudalennau 19 i 20 yn y canllaw hwn, mae digon o syniadau eraill ar gyfer gweddïau ymbiliol a myfyrdodau.

Darllen gweddi 'Ewyllys Da' ar dudalen 17
Rhagor o weddïau ar dudalen 19

10. Dod â'r gwasanaeth i ben

Atgoffwch bawb am thema'r gwasanaeth heddiw ac, os na wnaethoch hynny wrth gymryd yr offrwm neu gasgliad, dywedwch wrth y gynulleidfa fod taflenni Ewyllys Da ar gael i'w cymryd ar ddiwedd y gwasanaeth.

Byddech hefyd yn gallu trefnu i'r taflenni fod ar gael drwy eu rhoi ar ben bwrdd ar amser paned, a gofalu bod pobl wrth law i'w trafod gydag eraill.

11. Y fendith

Boed i Dduw, a gadwodd ei addewidion i fawrion ein ffydd, eich ysbrydoli i barhau i fyw mewn gobaith a dyfalbarhau hyd y diwedd, gan wybod y bydd ffydd yn symud mynyddoedd a'i bod yn gallu trawsnewid y byd.

A'r fendith...

Boed i Dduw'r Tad,
a garodd y byd gymaint nes iddo roi ei unig Fab i ddod i'n plith yn ostyngedig iawn,
agor eich llygaid i ddisgwyl ei ddyfodiad drachefn.
Amen.

Boed i Dduw'r Mab
roi i chi ras i fyw yng ngoleuni ei ddyfodiad fel gwaredwr a barnwr.
Amen.

Boed i Grist,
sydd yn lle methiant yn dod â gobaith newydd a dyfodol newydd, eich llenwi â'i fywyd newydd;
a'r fendith...

12. Yr emyn neu gân olaf

Dewis o'r rhestr ar dudalen 6.

.

Y Parchedig Ganon Giles Goddard, Ficer a chefnogwr Cymorth Cristnogol.

Ewyllys Da...

...i ysbrydoli pawb o bob oed

Bydd yr adran hon o'r canllaw yn eich helpu i ysbrydoli pawb o bob oed am Ewyllys Da, ac addysgu plant a phobl ifanc am nerth ffydd.

Yn yr adran hon mae:

• Sgwrs i bob oed wedi'i seilio ar **Hebreaid 11:1**.

• Gweithgaredd i blant bach o'r enw **'Y dderwen fawr'**.

Ewyllys Da...

Faith Will...

Beth i'w wneud i gynnwys pobl ifanc?

Bydd plant wrth eu bodd yn gwrando ar sgwrs 'Y dderwen fawr' sydd wedi'i seilio ar Hebreaid 11:1.

Aelodau eglwys Christ Church yn Petts Wood.

1. Adnod o'r Beibl

'Ffydd ydy'r sicrwydd fod beth dŷn ni'n gobeithio amdano yn mynd i ddigwydd. Mae'n dystiolaeth sicr o realiti beth dŷn ni ddim eto'n ei weld.'
Hebreaid 11:1

2. Awgrym am sgwrs: Y dderwen fawr

Er mwyn cyflwyno'r sgwrs hon, bydd angen cael mesen (neu lun o fesen), a llun o dderwen.

Darllen 'O'r fesen fach, derwen fawr a dyf' ar dudalen 17

3. Gweddi

Dduw annwyl,

Diolch i ti am bethau bach y byd: y fesen sy'n tyfu'n dderwen fawr, y gweithredoedd bach caredig tuag at bobl eraill.

Weithiau bydd problemau'r byd yn ymddangos yn rhy fawr i ni eu datrys.

Cynorthwya ni i gael ffydd y bydd hyd yn oed ein gweithredoedd bach ni yn gallu gwneud gwahaniaeth, ac y gallwn greu byd sy'n well, yn ein cymuned leol a thu hwnt.

Gweddïwn yn enw Iesu.
Amen.

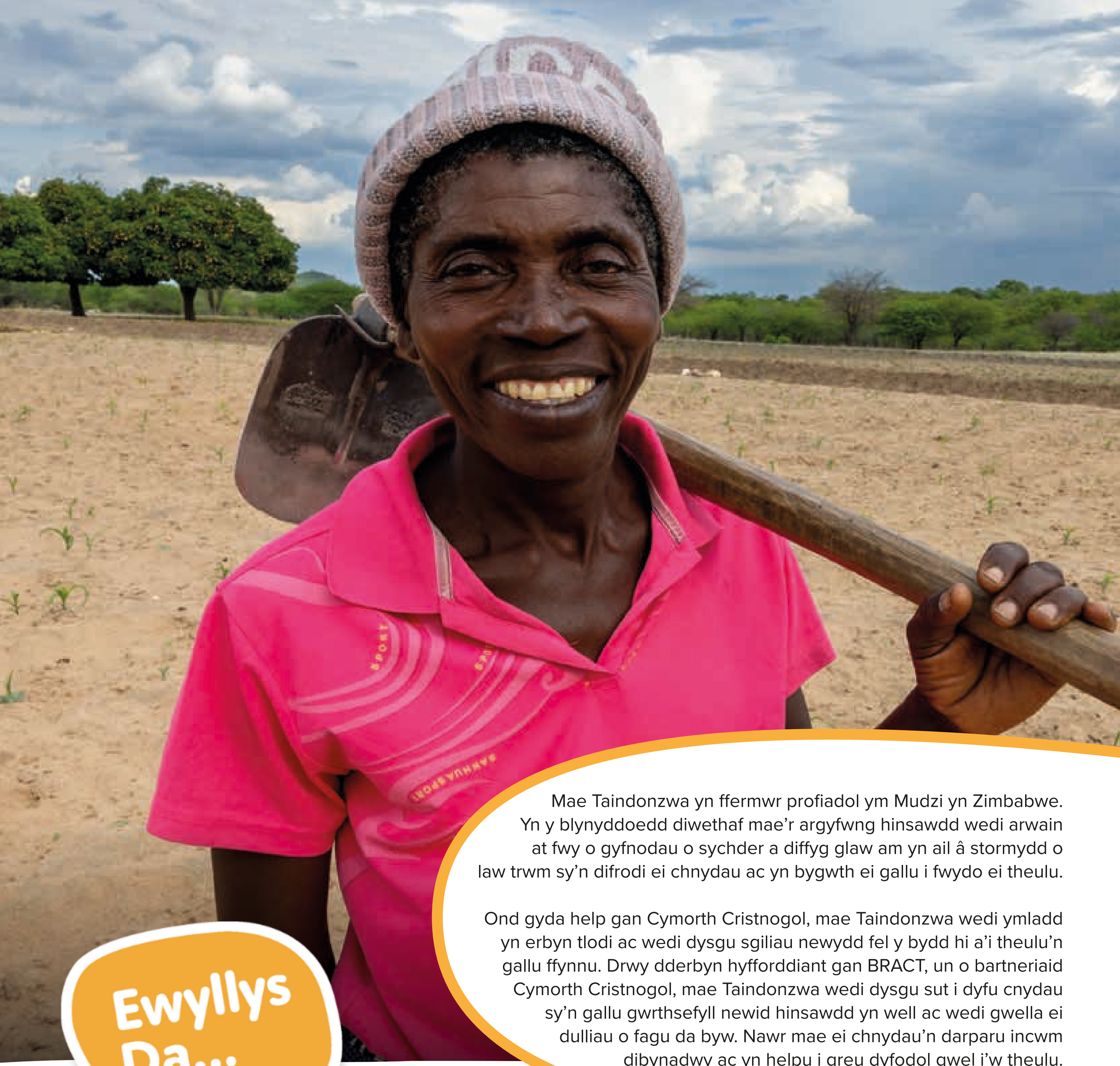
4. Y dderwen fawr: Gweithgaredd i blant bach

Os oes plant bach yn eich cynulleidfa neu os ydych yn rhedeg grŵp plant ar wahân, efallai y byddwch am ddefnyddio'r fersiwn hon o'r sgwrs.

Ceisiwch wneud y sgwrs yn rhyngweithiol. Gallech ei chyfuno â gweithgaredd crefft, fel gwneud *collage* neu wneud darlun o dderwen fawr yn tyfu o fesen fach.

Er mwyn cyflwyno'r sgwrs hon, bydd angen cael mesen (neu lun o fesen).

Darllen sgwrs 'Y dderwen fawr' i blant bach ar dudalen 18



Mae Taindonzwa yn ffermwr profiadol ym Mudzi yn Zimbabwe. Yn y blynyddoedd diwethaf mae'r argyfwng hinsawdd wedi arwain at fwy o gyfnodau o sychder a diffyg glaw am yn ail â stormydd o law trwm sy'n difrodi ei chnydau ac yn bygwth ei gallu i fwydo ei theulu.

Ond gyda help gan Cymorth Cristnogol, mae Taindonzwa wedi ymladd yn erbyn tlodi ac wedi dysgu sgiliau newydd fel y bydd hi a'i theulu'n gallu ffynnu. Drwy dderbyn hyfforddiant gan BRACT, un o bartneriaid Cymorth Cristnogol, mae Taindonzwa wedi dysgu sut i dyfu cnydau sy'n gallu gwrthsefyll newid hinsawdd yn well ac wedi gwella ei dulliau o fagu da byw. Nawr mae ei chnydau'n darparu incwm dibynadwy ac yn helpu i greu dyfodol gwel i'w theulu.

Ewyllys Da...

...i ysbrydoli myfyrdod

Bydd yr adran hon o'r canllaw yn eich helpu i gynnal gweithgareddau creadigol ar gyfer hunanfyfyrio yn ystod eich sgyrsiau am Ewyllys Da.

Yn yr adran hon mae:

- Gweithgareddau myfyriol a gweddïau.

Ewyllys Da...

Faith Will...

Sut y gallwch helpu pobl i feddwl a myfyrio?

Mae digon o ffyrdd i chi wneud eich gwasanaeth yn rhyngweithiol ac yn ddiddorol. Rhowch gynnig ar gynnal un o'r gweithgareddau hyn mewn man gweddïo, neu mewn ymateb i bregeth neu sgwrs.

'Ewyllys Da... i adael rhodd yn ein Hewyllys'
Gweithgaredd sy'n ymwneud â ffydd, a dibynnu ar addewidion Duw hyd yn oed os na fyddwn weithiau'n gweld y canlyniadau ar unwaith, neu yn ystod ein hoes hyd yn oed.

Gweld y manylion ar dudalen 24

'Ewyllys Da... i adael i'n gwerthoedd barhau'
Gweithgaredd sy'n myfyrio ar adnod 11 yn y Llythyr at yr Hebreaid, a hen ddywediad y Crynwyr am 'adael i'ch bywyd lefaru'.

Gweld y manylion ar dudalen 25

'Ewyllys Da... i dalu ymlaen'
Gweithgaredd am haelioni, yn myfyrio ar adegau yn ein bywyd pan ydym wedi profi haelioni a sut y gallwn ei dalu ymlaen.

Gweld y manylion ar dudalen 26

Y Barchedig Rachel Curley, Eglwys Sant Nicolas, Chislehurst.

Ewyllys Da...

...i ysbrydoli pregethau

Bydd yr adran hon o’r canllaw yn eich helpu i ddewis darlleniadau addas o’r Beibl a geiriau ysbrydoledig i sbarduno’ch cynulleidfa i weithredu.

Yn yr adran hon mae:

- Syniadau am bregethau a sgyrsiau sy’n berthnasol i werthoedd Ewyllys Da.

Ewyllys Da...

Faith Will...

Pa thema y gallech ei chymryd i'ch pregeth?

Mae'r Beibl yn llawn adnodau sy'n sôn am werthoedd rhoddi'n hael. Byddai gadael rhodd yn ein Hewyllys yn gallu bod yn ffordd rymus i fynegi ein ffydd a'n haelioni.

Gadael rhodd fel penderfyniad: Ewyllys Da... i symud mynyddoedd

'Ffydd ydy'r sicrwydd fod beth dŷn ni'n gobeithio amdano yn mynd i ddigwydd. Mae'n dystiolaeth sicr o realiti beth dŷn ni ddim eto'n ei weld.'
Hebreaid 11:1

Gweld nodiadau'r bregeth ar dudalen 22

Gadael rhodd i greu newid: Ewyllys Da... i adael i'ch cariad fyw ymlaen

'Ffrindiau annwyl, gadewch i ni garu'n gilydd, am fod cariad yn dod oddi wrth Dduw. Mae pawb sy'n caru fel hyn wedi'i eni'n blentyn i Dduw ac yn nabod Duw. Os ydy'r cariad hwn ddim gan rywun, dydy'r person hwnnw ddim yn nabod Duw chwaith – am mai cariad ydy Duw.'
1 Ioan 4:7-8

Gweld nodiadau'r bregeth ar dudalen 23

Y nifer mawr o wahanol gnydau o blanhigion gwyllt sy'n cael eu tyfu a'u cynaeafu drwy brosiect BRACT er mwyn creu mwy o amrywiaeth o ran incwm a deiet a chryfhau cymunedau.

Ewyllys Da...

...i ysbrydoli gweithredu

Faint bynnag o amser sydd ar gael i chi, pum munud neu awr gyfan, mae digon o ffyrdd eraill y gallech ddewis ohonynt i sôn wrth eich eglwys am wneud rhodd mewn Ewyllys. Byddai pob un gair, sgwrs neu gyflwyniad yn gallu helpu i greu newid sy'n para.

Ewyllys Da...

Faith Will...

Ym mha ffyrdd eraill y gallech ysbrydoli'ch cynulleidfa drwy sôn am wneud rhodd mewn Ewyllys?

Rydym yn cynnig yr adnoddau a syniadau hyn ar gyfer cynnal sgwrs am adael rhoddion. Mae nifer o ffyrdd i ysbrydoli'ch cynulleidfa i ystyried gadael rhodd yn eu Hewyllys.

Mae Mandigona Kapomba yn helpu i ddarparu bwyd ar gyfer ei chymuned ym Mudzi, Zimbabwe.

Sut?

Dechreuwch y sgwrs mewn **5 munud**:

- **Dangos y ffilm fer am ein hymgyrch i'ch cynulleidfa.** Gallech wneud hyn mewn bore coffi neu gyfarfod eglwys – ewch i caid.org.uk/FWresources i wylio'r ffilm a'i lawrlwytho.
- **Rhoi hadau'n anrheg** i ddangos bod pethau sy'n cael eu plannu nawr yn tyfu ac yn dwyn ffrwyth yn ddiweddarach (mae hadau bysedd y cŵn a phabi yn addas i'w plannu yn yr hydref).
- **Lanlwytho gwybodaeth** am Ewyllys Da i'r dudalen gwneud rhoddion ar wefan eich eglwys.
- **Archebu a rhannu taflenni Ewyllys Da** a thynnu sylw at y wybodaeth hon yn eich cyfarfod neu wasanaeth.

Os oes **10–15 munud** ar gael:

- **Rhannu tystiolaeth o brosiect cymunedol** sydd wedi cael budd o arian yr eglwys.
- **Dangos map lleol sy'n nodi effaith eich eglwys.**
- **Dangos map o'r byd sy'n nodi prosiectau Cymorth Cristnogol drwy'r byd.**
- **Tynnu sylw at brofiadau pobl gyffredin** yn hanes eich eglwys neu enwad sydd wedi gadael cymynrodd.

Os oes **mwy o amser** ar gael:

- **Cynnal swper gadael rhodd.**
- **Cynnal dathliad er cof** am anwyliaid yn eich cynulleidfa a'u cymynroddion nhw.
- **Cymell sgyrsiau am adael rhoddion yn ystod cyfarfodydd** ee, sut byddech chi'n hoffi cael eich cofio neu beth rydych yn gobeithio fydd cymynrodd eich ffydd.
- **Cynnal trafodaeth mewn grŵp bach** gan ofyn y cwestiynau sydd ar dudalen 30

Atodiad

Cofiwch argraffu'n ddu a gwyn i arbed inc!

Amlinelliad o wasanaeth: Gweddi Ewyllys Da

Drawsnewidiol Dduw,
a greodd y bydoedd drwy dy air,
gwna'n weledig yr hyn a oedd yn anweledig,
gwrando ni wrth i ni weddïo mewn ffydd.

Mewn byd lle na chaiff adnoddau eu rhannu'n deg,
lle mae cnydau'n methu a rhieni'n mynd heb fwyd er mwyn bwydo eu plant,
mewn gwlad lle mae gormod o bobl yn dibynnu ar fanciau bwyd i fyw o ddydd i ddydd,
gofynnwn am i'n ffydd...
ein helpu i gynorthwyo cymunedau sy'n newynog.

Yng nghanol rhyfeloedd a gwrthdaro, lle mae cymdogion yn ymosod ar ei gilydd
a'r diniwed yn dioddef fwyaf,
gofynnwn am i'n ffydd...
ddod â heddwch rhwng cenhedloedd.

Yn wyneb argyfwng hinsawdd,
lle mae wyneb y ddaear wedi'i losgi neu wedi mynd dan ddŵr,
a chynefinoedd wedi'u dinistrio,
gofynnwn am i'n ffydd ...
amddiffyn creadigaeth Duw.

Mewn diwylliant o ofn pobl eraill,
lle mae pobl yn agored i niwed ac yn cael eu gwrthod,
gofynnwn am i'n ffydd ...
roi nodded i'r erlidiedig.

A ninnau'n sefyll mewn llinach hir o bobl ffydd,
ymrwymwn i'th wasanaethu ac i weithio i drawsnewid y byd.
Gofynnwn am i'n ffydd ...
adael gwaddol ar ei hôl.

Dduw trugarog,
rwyt wedi addo gwrando ar ein hymbiliau.
Gweddïwn dros ddyfodiad dy deyrnas o gyfiawnder a thangnefedd,
drwy Iesu Grist ein Harglwydd.

Amen.

Sgwrs i bob oed: O'r fesen fach, derwen fawr a dyf

Yn ein gwasanaeth heddiw rydym yn sôn am adael cymynrodd. Oes rhywun yn gwybod beth mae hyn yn ei olygu? *[cymryd awgrymiadau]* Wel, mae gadael cymynrodd yn rhywbeth sy'n eithaf tebyg i blannu hedyn a'i wylio'n egino – fyddwn ni ddim yn gweld y canlyniadau bob tro ond mae plannu hedyn yn gallu cael effaith fawr iawn.

[cyflwyniad opsiynol ar gyfer Diolchgarwch] Mae'r cynhaeaf yn adeg pan fyddwn yn dweud 'diolch' i Dduw am bob dim sydd gennym, yn enwedig am y bwyd rydym yn ei fwyta a'r bobl sydd wedi'i gynhyrchu. Pan fydd ffermwr neu arddwr yn plannu hadau neu fylbiau, mae ganddo ffydd y byddant yn tyfu i fod yn blanhigion iach.

Mae rhai planhigion yn tyfu'n gyflym. Tybed a oes rhywun yma sydd wedi hau berw dŵr erioed? Os ydych chi, efallai y byddwch wedi gweld yr hadau'n egino o fewn diwrnod. Neu a oes rhywun wedi plannu hedyn blodyn haul? Mae hedyn blodyn haul yn gallu tyfu i fod yn blanhigyn sy'n 12 troedfedd o uchder o fewn tri mis!

Ond mae rhai planhigion yn cymryd mwy o amser o lawer i dyfu!

Heddiw, rydw i am sôn wrthych chi am goed derw *[dangos llun o dderwen]*. Oes rhywun yn gwybod sut mae derwen yn cychwyn? *[cymryd awgrymiadau]*

Mae hynny'n iawn – mae derwen yn cychwyn ei bywyd fel mesen *[dangos mesen neu lun o fesen]*.

Ond ydych chi'n gwybod pa mor hir mae'n ei gymryd i dderwen dyfu o fesen? *[cymryd awgrymiadau]*

Fydd y rhan fwyaf o goed derw ddim yn dod â chnwd o fes nes byddant yn 50 mlwydd oed. Wedyn byddant yn cymryd 100 mlynedd arall i dyfu'n goed aeddfed. Felly fyddan nhw ddim yn cael eu hystyried yn goed aeddfed nes byddan nhw'n 150 mlwydd oed! Mae derwen aeddfed yn gallu tyfu hyd at 45 metr o daldra a bron cymaint â hynny o led.

Yn 700 mlwydd oed, bydd y dderwen wedi cyrraedd henaint a'i thwf yn dechrau arafu. Yn 1,000 o flynyddoedd oed, mae'n dod i ddiwedd ei hoes.

Oes rhywun yn gwybod pa mor hen yw'r dderwen hynaf yn y Deyrnas Unedig? *[gofyn i bobl ddyfalu]* Wel, mae nifer ohonyn nhw'n fwy na 1,000 o flynyddoedd oed, yn cynnwys un ym Mhalas Blenheim yn Swydd Rydychen sydd tua 1,050 o flynyddoedd oed, yn ôl y sôn.

[dangos y fesen eto] Pa nifer o fes y mae derwen yn gallu eu cynhyrchu yn ystod ei hoes. Oes gennych chi syniad? *[gofyn i bobl ddyfalu]*

(Sgwrs i bob oed: O'r fesen fach, derwen fawr a dyf – parhad)

Yr ateb cywir yw 10 miliwn! 10 miliwn o'r mes bychain hyn *[dangos mesen neu lun o fesen]* – a'r potensial ym mhob un ohonyn nhw i dyfu'n dderwen fawr fel y goeden sydd wedi'u cynhyrchu!

Pan fyddwn yn plannu hadau, mae gennym ffydd y byddant yn tyfu i fod yn blanhigion tal ac iach. Wrth gwrs, byddwn ni'n rhoi ychydig o help iddyn nhw – byddwn yn gofalu am y planhigyn drwy ei ddyfrio, rhoi bwyd iddo os oes angen a thynnu'r chwyn o'i gwmpas. Fel rydyn ni wedi sôn, mae rhai planhigion yn tyfu'n gyflym – a byddwn yn gweld y canlyniadau i'n gwaith yn fuan. Mae planhigion eraill, fel coed, fel y dderwen, yn cymryd amser mwy o lawer i dyfu. Ond am fod gennym ffydd, rydym yn credu y bydd y planhigyn yn tyfu – y bydd rhywbeth mawr fel derwen yn dod o fesen fach ac y gallai fyw am 1,000 o flynyddoedd.

Yn yr adnod o'r Beibl roeddem wedi'i darllen ar y dechrau o'r llythyr at yr Hebreaid, rydym yn cael ein hatgoffa na fyddwn bob amser yn gallu gweld y canlyniadau i'n gwaith ar unwaith, a'i bod yn bosibl na fydd yr effaith yn cael ei gweld am amser hir – ond mae'n ein hatgoffa i fod â ffydd y bydd canlyniadau da – a allai bara am byth – yn dilyn y gweithredoedd iawn.

Fe all hynny ddigwydd pan fydd rhywun yn gadael rhodd i'r eglwys ac i Cymorth Cristnogol, elusen sy'n gweithio gyda phobl ym mhob rhan o'r byd i'w helpu i fyw eu bywydau'n llawn, yn rhydd o dlodi.

Meddyliwch am y ffordd y mae gweithredoedd bach caredig yn gallu gwneud gwahaniaeth mawr ym mywyd rhywun arall. Allwch chi feddwl am weithredoedd bach y gallwch chi eu gwneud yr wythnos hon. *[cymryd awgrymiadau]* Allwch chi fod yn garedig wrth rywun yn yr ysgol sy'n cael ei fwlio neu'n teimlo ei fod yn cael ei adael allan? Allwch chi weddïo dros rywun sy'n sâl ac anfon cerdyn ato? Allwch chi wneud ychydig bach yn fwy i helpu yn eich tŷ chi? Allwch chi gadw ychydig o'ch arian poced i'w roi i elusen? Neu allwch chi feddwl am ffyrdd i godi arian at elusen – er enghraifft, drwy wneud teisen neu lanhau ceir?

Oes yna unrhyw bethau rydych chi'n teimlo'n gryf amdanynt ac am eu newid yn y byd? Beth allwn ni ei wneud i helpu pobl sy'n byw yn ein hardal leol? Beth allwn ni ei wneud i helpu pobl sy'n byw ymhellach i ffwrdd?

Ond cofiwch mai o'r fesen fach y bydd derw mawr yn tyfu, a bod hynny'n gallu cymryd amser hir – cymaint â 150 mlynedd! Ac yn union fel y mae un dderwen yn gallu cynhyrchu 10 miliwn o fes, drwy fod â ffydd y bydd Duw yn bendithio ein gweithredoedd bach, gallan nhw dyfu i fod yn rhywbeth mwy o lawer – gweithredoedd caredig sy'n gallu newid y byd er gwell, ymhell i'r dyfodol! (Yn union fel gadael rhodd yn eich Ewyllys.)

Nawr gadewch i ni weddïo gyda'n gilydd…

Sgwrs i blant bach: Y dderwen fawr

Gofyn i'r plant sefyll mewn cylch o'ch cwmpas, a'u harwain drwy'r symudiadau canlynol:

Gallwn ni weld coed a blodau o'n cwmpas ym mhob man.

Gallwn ni weld y dderwen fawr, fawr sy'n tyfu o fesen fach fel hon *[dangos mesen]*.

Pan fyddwn ni'n gweddïo dros bobl eraill, neu'n gwneud pethau caredig, mae hynny fel plannu mesen. Dros amser, bydd y fesen yn tyfu'n dderwen fawr.

Allwch chi chwarae bod yn fesen fach sydd wedi disgyn oddi ar y dderwen ac sy'n cysgu ar y llawr, yn aros i'r haul ei deffro?

Gadewch i ni fynd yn belen fach.

Arwain y plant wrth fynd yn belen fach.

Yn y gwanwyn, wrth i'r haul godi ac wrth i'r ddaear gynhesu, rydyn ni'n dechrau tyfu. Mae'r hedyn yn y fesen yn bwrw gwreiddyn allan.

Gadewch i ni ddangos ein gwreiddiau gyda'n bysedd.

Arwain y plant wrth wiglo bysedd.

Mae angen i ni adael i'n gwreiddiau dyfu'n ddwfn i'r ddaear.

Arwain y plant wrth wiglo'ch bysedd i lawr.

Wedyn, ar ôl tri, gadewch i eginyn bach bopio i fyny.
1,2,3… Pop!

Arwain y plant wrth godi'ch dwylo uwchben fel eginyn bach.

Wrth i'r haul gynhesu ac wrth i'r glaw ddisgyn, rydyn ni'n dechrau tyfu'n dal!

Codi ar eich traed yn araf, yn siglo fel coesyn yn tyfu.

Yn dalach ac yn dalach, ar flaenau bysedd ein traed…

Pwyntio'ch bysedd i fyny a sefyll ar flaenau'ch traed.

Gadewch i ni droi ein hwynebau at yr haul!
Wedyn gadael i'n canghennau ymestyn allan yn bell.

Ymestyn eich dwylo'n araf tuag allan.

Nawr rydyn ni'n goeden aeddfed, yn cynhyrchu ein mes ein hunain sy'n gallu tyfu hefyd i fod yn dderw mawr.

(Sgwrs i blant bach: Y dderwen fawr – parhad)

Chwifio'ch breichiau o gwmpas.

Nawr rydyn ni'n barod i sefyll yn dal am 1,000 o flynyddoedd!

Sefyll yn dal, siglo o ochr i ochr os ydych yn dymuno.

Gofyn i'r plant eistedd mewn cylch. Canmol eu symudiadau – ee, dweud 'Roeddech chi'n tyfu'n wych! Am goed derw hardd oeddech chi wedyn.'

Wedyn gorffen gyda'r weddi sy'n dilyn gyda symudiadau.

Pan fyddwn ni'n gwneud pethau caredig neu'n gweddïo dros bobl eraill, mae hynny fel plannu mesen. Gallai ymddangos yn rhywbeth bach ond mae'n gallu cael effaith fawr.

Gadewch i ni weddïo gyda'n gilydd, a symud ein bysedd a'n dwylo wrth wneud.

Dros ein byd:
Gwneud siâp cylch.

Iesu, gwrando ein gweddi!
Agor ein dwylo a'u troi i fyny at Dduw.

Dros ein heglwys:
Dwylo mewn gweddi.

Iesu, gwrando ein gweddi!
Agor ein dwylo a'u troi i fyny at Dduw.

Dros ein ffrindiau a'n teuluoedd:
Rhoi'ch breichiau o amgylch eich corff.

Iesu, gwrando ein gweddi!
Agor ein dwylo a'u troi i fyny at Dduw.

Dros y bobl hynny sy'n sâl ac yn unig:
Bysedd yn dynwared dagrau'n disgyn i lawr y foch.

Iesu, gwrando ein gweddi!
Agor ein dwylo a'u troi i fyny at Dduw.

Dros bobl newynog:
Y ddwy law yn rhwbio'ch bol.

Dros bawb!
Symud eich breichiau mewn cylch uwchben.

Arglwydd Iesu, gwrando ein gweddi!
Agor ein dwylo a'u troi i fyny at Dduw.

Wedi'i haddasu gyda chaniatâd o waith Sharon Moughtin, *Diddy Disciples, Book 1: September to December,* SPCK, 2017, t.98 a t.96

Gweddïau eraill

1. Gweddi wedi'i seilio ar Hebreaid 11:1

Dduw cariadus, sydd yr un ddoe, heddiw ac am byth.

Diolch i ti am esiampl y rheini a ymddiriedodd yn dy addewidion,
hyd yn oed pan oedd y ffordd o'u blaen yn ansicr.

Pan fydd rhwystrau ac anawsterau'n codi,
dyro i ni'r gobaith a'r argyhoeddiad a oedd yn eiddo iddyn nhw fod ffydd yn gallu gwneud gwahaniaeth,
a bod modd trawsnewid bywydau fel bod pawb yn gallu ffynnu.

Gweddïwn yn enw Iesu.
Amen.

2. Gweddi addas i wasanaethau Diolchgarwch

Dduw haelionus,
ar adeg y Cynhaeaf, diolchwn i ti am roddion y byd a greaist:
am ein bwyd ac am bawb sy'n ei dyfu, ei gynaeafu a'i gludo.

Agor ein calonnau wrth i ni ystyried sut i fyw ein ffydd
a rhannu'r haelioni a gawsom gydag eraill, fel y bydd
ein gwerthoedd yn byw ar ein hôl ac fel y gallwn adael
cymynrodd a fydd yn trawsnewid y byd.

Yn enw Iesu.
Amen.

3. Gweddi ymbil arall 1

Dduw trugarog,
a ninnau'n ymddiried yn dy addewidion a'th gariad diysgog,
gweddïwn dros anghenion ein byd.

Gweddïwn dros ein cymuned leol a thros bawb sy'n gweithio er daioni yn ein plith:
dros ein hysgolion, ein canolfannau cymunedol a'n gweithleoedd.
Edrychwn tuag allan ar y byd cyfan,
gan ofyn yn benodol lle y bo gwrthdaro
y byddi'n dod â heddwch, a lle y bo newyn,
y byddi'n dod â chynhaeaf toreithiog.

Cynorthwya ni i beidio ag anobeithio ac i ddal ein gafael mewn gobaith.
Ysbrydola ni i weithredu i wneud byd sydd well,
Cynorthwya ni i ofalu'n ddoeth am ein hadnoddau,

(Gweddi ymbil arall 1 – parhad)

bydd gyda ni wrth i ni ystyried sut i adael cymynrodd o ffydd a all drawsnewid y byd.

Boed i ni deimlo'n hyderus y bydd hyd yn oed ein gweithredoedd lleiaf yn gallu cael effaith fawr iawn, yn awr ac am byth.
Amen.

4. Gweddi ymbil arall 2

Dduw pob cysur,
addewaist fod gyda'r rheini sy'n gweddïo arnat mewn ffydd.
Gwrando ni yn awr wrth i ni weddïo dros anghenion ein byd.

Gweddïwn dros y rheini sydd wedi digalonni ac anobeithio,
a thros y bobl hynny yn ein cymuned leol sy'n ei chael yn anodd byw o ddydd i ddydd.
Dangos i ni sut i'w helpu, Arglwydd,
ac ysbrydola ni i adael cymynrodd o obaith.

Gweddïwn dros y rheini sy'n llafurio heb ennill bron dim,
sy'n ymlafnio ond i weld eu cnydau'n cael eu dinistrio gan sychder neu drychineb.
Dangos i ni sut i'w helpu, Arglwydd,
ac ysbrydola ni i adael cymynrodd o obaith.

Gweddïwn dros gymuned ein heglwys,
maddau i ni pan fydd ein gofalon ni ein hunain yn mynd â'n sylw i gyd.
Cynorthwya ni i fod yn weision gwell i'n cymuned
ac ysbrydola ni i adael cymynrodd o obaith.

Yn olaf, gweddïwn drosom ni ein hunain.
Gwna i ni ofalu'n ddoeth am bopeth sydd gennym.
Cynorthwya ni i adael i'n bywydau lefaru drwy ein gweithredoedd yn awr ac yn y dyfodol,
ac ysbrydola ni i adael cymynrodd o obaith.

Dduw gobaith,
rwyt yn ein caru ni,
ac yn gwrando ein gweddïau.

Gwna ni'n unfryd yn ein calonnau a'n meddyliau
i'th wasanaethu'n llawen yn awr am byth.
Amen.

Ffyrdd hawdd i siarad am Ewyllys Da yn eich sgwrs

Mae Ewyllys Da yn hyblyg. Mae nifer o ffyrdd i chi ei gynnwys mewn pregeth neu sgwrs.

Y ffordd symlaf oll yw egluro bod gadael rhodd yn eich Ewyllys i'ch eglwys leol ac i Cymorth Cristnogol yn un ffordd bwysig i rywun allu gadael i'w werthoedd fyw ymlaen a chynorthwyo cymunedau pell ac agos. Wedyn gallwch annog pobl i godi i gael rhagor o wybodaeth. Gellir archebu taflenni yn **caid.org.uk/FWResources**

Un ffordd arall yw dilyn un o'n hawgrymiadau ar gyfer pregethau a rhoi lle canolog i Ewyllys Da yn eich neges. Neu gallwch addasu un o'r syniadau isod a'i gynnwys mewn pregeth neu sgwrs ar bwnc o'ch dewis chi.

Gadael rhodd o obaith

Beth rydym yn ei wneud nawr a fydd yn byw ar ein hôl? Pa rodd y byddwn yn ei adael i bobl eraill? Am beth fyddwn yn cael ein cofio?

Mae geiriau Salm 90 yn ein hatgoffa'n glir iawn am fyrder bywyd, ond maent hefyd yn ein hannog i obeithio mewn Duw a fydd yn 'llwyddo gwaith ein dwylo'. Pa mor fyr bynnag yw'r bywyd hwn, bydd effaith ein cyfraniad i'r byd hwn yn byw ar ein hôl. Mae'r hyn rydym yn dewis ei wneud nawr yn gallu bod o werth parhaol. Yn union fel rydyn ni wedi elwa o roddion y rheini a aeth o'n blaen, gallwn ni wneud gwahaniaeth yn ein cymuned a gadael ein hôl.

Un ffordd i adael effaith sy'n para yw drwy wneud rhodd yn ein Hewyllys. Dyna pam y mae gwneud Ewyllys a gadael cymynrodd yn cael eu crybwyll gyda'i gilydd yn aml, oherwydd drwy fyfyrio ar ein gwerthoedd a'n diddordebau mewn bywyd, a thrwy eu trosglwyddo i'r genhedlaeth nesaf, gallwn adael rhodd o obaith a fydd yn para ar ein hôl. Pa rodd y byddwch chi'n ei adael?

Gwneud gwahaniaeth sy'n para

Fel disgyblion i Iesu, mae ein ffydd yn ein cymell i fod yn halen ac yn oleuni i'r bobl o'n hamgylch. Hynny yw, gelwir arnom i wneud gwahaniaeth cadarnhaol yn y byd. Un ffordd i ni allu gwneud gwahaniaeth er mwyn dyfodol cymuned ein heglwys a chymunedau ym mhob rhan o'r byd yw drwy adael rhodd yn ein Hewyllys i'n heglwys leol ac i Cymorth Cristnogol.

Gallwn fod yn rhan o weledigaeth yr eglwys ar gyfer y dyfodol drwy chwarae ein rhan nawr ac addo cefnogi'r eglwys ar ei thaith i ddod yn eglwys y dyfodol. A thrwy wneud rhodd yn ein Hewyllys i Cymorth Cristnogol, gallwn sicrhau y bydd yr ymroddiad i sicrhau cyfiawnder byd-eang yn parhau, drwy gynorthwyo pobl mewn cymunedau pell ac agos sy'n wynebu heriau o ran tlodi, anghyfiawnder a'r argyfwng hinsawdd.

Rhoi ffydd ar waith

Mae gwybod bod Duw yn ein caru yn rhodd amhrisiadwy. Ond mae Duw yn bwriadu i'w gariad lifo ohonom ni ac at eraill, yn enwedig y bobl hynny sydd ag angen ein cymorth. Mae nifer o ffyrdd i ni allu rhoi ein ffydd ar waith a rhannu'r rhoddion a gawsom gan Dduw gyda'n cymdogion. [Yma gallech roi rhai enghreifftiau sy'n berthnasol i'ch cyd-destun chi.]

Un ffordd ymarferol iawn i fynegi ein ffydd yw drwy gynnwys rhodd yn ein Hewyllys. Mae hon yn ffordd effeithiol i fynegi ein diolch i Dduw a myfyrio ar ein gwerthoedd a'n diddordebau drwy gynorthwyo cenedlaethau'r dyfodol yn lleol ac ar draws y byd.

Nid pethau sy'n gysylltiedig â marwolaeth yw'r rhoddion hyn ond ffordd i ddathlu bywyd a mynegi gobaith. Drwy adael rhodd yn ein Hewyllys i achos sydd wedi bod yn agos i'n calonnau yn ein bywyd, boed yn waith yr eglwys leol neu Cymorth Cristnogol, byddwn yn mynegi ein diolch yn llawen i Dduw ac yn disgwyl yn obeithiol am bethau gwell i ddod i'r rheini sy'n dod ar ein hôl.

Gadael rhodd fel penderfyniad: Ewyllys Da... i symud mynyddoedd

'Ffydd ydy'r sicrwydd fod beth dŷn ni'n gobeithio amdano yn mynd i ddigwydd. Mae'n dystiolaeth sicr o realiti beth dŷn ni ddim eto'n ei weld.' Hebreaid 11:1

- **Mae'r heriau economaidd presennol yn ei gwneud yn anodd rhoi**

  Rydym yn byw mewn cyfnod anodd. Mae'r byd mor fach erbyn hyn yn nhermau cyfathrebu fel ei bod yn gallu bod yn fwy anodd i ni fod yn sicr sut i fyw bywyd tosturiol mewn ffydd. Mae cyfryngau cyhoeddus yn dangos angen a gwrthdaro i ni, a'r argyfwng amgylcheddol, ac yn ein gadael heb wybod sut i ymateb. Mae'n anodd iawn os ydym yn gwybod bod gennym bethau rydym yn wir ddiolchgar amdanynt ond nad ydynt ar gael i'w rhoi ar unwaith. Oherwydd mae angen i ninnau fwyta a chael cysgod a moddion byw, ac rydym hefyd yn wynebu penderfyniadau anodd o ran gwario, cynilo a rhoi. Rydym yn dymuno rhoi ond gall yr amgylchiadau presennol fod yn ein cyfyngu. Mae gan bawb fynyddoedd i'w dringo. Sut mae meddwl am adael cymynrodd yn gallu ein helpu yn y sefyllfa hon?

- **Mae gadael cymynrodd yn ffordd i 'dalu ymlaen'**

  Mae gwneud rhoddion o'r math hwn wedi dod yn fwy poblogaidd yn y cyfnod hwn o gyni ariannol. Wrth i ni gaffael rhywbeth i ni ein hunain, rydym yn barod i roi rhywbeth ar gyfrif a fydd o les i rywun arall. Pan fyddwn yn gwneud Ewyllys ac yn gadael rhodd i'n heglwys neu i Cymorth Cristnogol, rydym yn 'talu ymlaen' gan neilltuo adnoddau na allwn eu defnyddio heddiw ond yn disgwyl iddynt gael eu rhyddhau yn y dyfodol pan na fydd arnom eu hangen mwyach.

- **Gadael rhodd fel ffordd i ddiolch**

  Fel pobl ffydd, credwn fod pob dim sydd gennym yn dod oddi wrth Dduw. Mae dweud diolch fel hyn yn gallu ein sbarduno i oresgyn y teimlad chwithig o ystyried beth fydd yn digwydd ar ôl ein marwolaeth. Sut bydd yr ymateb diolchgar hwnnw'n gallu parhau a dod â bywyd i eraill er na fyddwn ni yma? Mae pawb yn gobeithio cael ei gofio; mae cymynrodd yn creu cysylltiad â dyfodol lle bydd yr hyn a wnaethom yn cael ei ddathlu am ei fod wedi pontio rhwng un bywyd dynol byr a bywyd rhywun arall.

- **Rhodd mewn Ewyllys yn ffordd i ddangos gobaith at y dyfodol**

  Nid oedd y siwrnai ffydd a ddilynwyd gan Abraham i ddeall y gwir am yr etifeddiaeth a addawyd iddo yn un fer nac yn un syml. Galwodd Duw arno i adael beth oedd yn gyfforddus ac yn gyfarwydd iddo er mwyn teithio yn ei flaen i borfeydd newydd ansicr. Roedd Abraham wedi byw'n hir cyn iddo weld addewid yr Arglwydd yn cael ei gwireddu. Mae gennym obeithion a breuddwydion am y bywyd rydym yn ei fyw ac am y byd rydym am fyw ynddo. Weithiau bydd yn ymddangos nad yw syniad Duw o amser yn un sy'n perthyn i ni o gwbl. Rydym mewn man caregog ac amhosibl ei groesi ac mae ein hamser yn mynd yn brinnach. Roedd rhodd Abraham yn ei ddisgwyl mewn dyfodol na allai ef ei weld ond ei fod yn credu ynddo. Ac ar ei siwrnai fe ddysgodd fod yn deyrngar a hael tuag at y rheini roedd yr Arglwydd yn eu rhoi i gydgerdded ag ef. Efallai y byddwch yn cofio am y lletygarwch a ddangosodd i'r tri dieithryn, a chymaint oedd y fendith bersonol a gafodd ef o ganlyniad i'w croesawu.

  Ni allwn wybod wrth adael rhodd i Cymorth Cristnogol neu i'r eglwys leol sydd wedi ein magu bwy fydd yn cael ei groesawu at y bwrdd rydym yn ei hwylio na phwy fydd yn cael maeth o'r offrwm rydym yn ei wneud. Ni allwn ond bod â ffydd y bydd lletygarwch o'r fath yn cynnal bywyd.

- **Pa fynyddoedd y byddai rhodd yn ein Hewyllys yn gallu eu symud?**

  Yn ymarferol, mae mynyddoedd yn anodd eu symud. Ond fe ellir dringo mynyddoedd fesul cam. Mae rhodd mewn Ewyllys yn gallu cynorthwyo'r rheini sy'n adeiladu cymunedau newydd ar ôl trychineb a chynnig cyfleoedd i wireddu pethau sy'n anodd eu cyflawni ar y pryd. Mae rhodd mewn Ewyllys yn gallu ein helpu fel eglwys i gynnig mannau croesawgar i'r gymuned leol am genedlaethau i ddod. Gellir mynd o amgylch mynyddoedd hefyd, ac mae'n bosibl y bydd ar bobl angen cymorth ac adnoddau wrth fentro ar hyd llwybrau newydd a rhoi prawf ar ffyrdd eraill i gyrraedd y porfeydd a'r gorwelion newydd hynny. Byddai rhodd gennym ni yn gallu rhoi modd iddynt edrych ar y mynydd o safbwynt newydd a dod o hyd i ateb newydd sydd heb ei ystyried o'r blaen.

  A oes gennym ffydd sy'n symud mynyddoedd? Mae ffydd yn gallu ein symud ar hyd siwrnai o ddangos diolch am y man rydym yn byw ynddo nawr at ddangos ymrwymiad i'r ddaear newydd y gallwn helpu i'w gwireddu. Mae rhodd mewn Ewyllys yn gallu gwneud yr ymrwymiad hwnnw'n beth real

Gadael rhodd i greu newid: Ewyllys Da... i adael i'ch cariad fyw ymlaen

Mae cariad wrth wraidd y neges Gristnogol. Pan ofynnwyd i Iesu beth oedd y gorchymyn pwysicaf, dywedodd fod yr ateb yn hawdd – caru Duw â'th holl enaid a charu dy gymydog fel ti dy hun (Mathew 22:36-40). Mae Ioan yn egluro hyn yn ei lythyr cyntaf, drwy ddweud bod cariad y Cristion yn deillio o'r ffaith mai 'cariad ydy Duw'. (1 Ioan 4:7-8)

Y cariad hwn sy'n symbylu gwaith Cymorth Cristnogol. Ers 80 mlynedd, mae wedi ein sbarduno i gydsefyll â'n cymdogion byd-eang yn erbyn tlodi ac anghyfiawnder. Mae wedi ein hysgogi i ymdrechu i greu byd lle mae pawb yn gallu byw ei fywyd yn llawn. Mae'n ein cynnal gydag egni a brwdfrydedd wrth i ni ymrwymo i weithio ochr yn ochr â'n cymdogion byd-eang.

Mae'r cariad hwn wedi creu cymynrodd nerthol. Ers sefydlu Cymorth Cristnogol i ymateb i'r argyfwng ffoaduriaid yn Ewrop wedi'r rhyfel, rydym wedi gweithio mewn mwy na 50 o wledydd, yn ymateb i newyn a thrychinebau, yn cefnogi datblygu tymor hir ac yn ymgyrchu dros fyd gwell.

Gallech gyfeirio at enghreifftiau penodol o'n gwaith. Mae rhagor o wybodaeth yn **caid.org.uk/History**

Roedd yr eglwys yng Nghorinth yn wynebu problemau difrifol. Mae hynny'n wir am y rhan fwyaf o eglwysi rywdro neu'i gilydd. Mae gan Paul ddigon o gyngor i'w roi iddynt, ond gwraidd ei neges yw mai cariad yw'r peth canolog. Mae ffydd, gobaith a chariad yn aros, meddai, a'r mwyaf o'r rhain yw cariad – cariad sy'n amyneddgar, yn fwyn a charedig, cariad sy'n parhau.

Mae ein heglwysi lleol yn symbolau o gariad Duw yn eu cymdogaeth. Yn yr eglwys, byddwn yn cyd-ddathlu â phobl ar achlysuron llawen ac yn cynnig cysur ar adegau o dristwch. Byddwn yn cynorthwyo pobl gartref a ledled y byd wrth iddynt wynebu'r amseroedd mwyaf heriol ac yn dod â phobl ynghyd mewn cymuned. Drwy dystiolaeth a gwasanaeth yr eglwys, rydym yn sefydlu cymynrodd o gariad.

Byddai'n beth da ar y pwynt hwn i chi ddweud rhywbeth am dystiolaeth yr eglwys lle rydych yn siarad. Hanes yr eglwys, efallai, neu'r gweithgareddau y mae'n eu cynnal. Eglurwch fod yr eglwys, drwy wneud y pethau hyn, yn sefydlu rhodd o gariad yn ei chymuned.

Bydd pob un ohonom yn gadael marc o ryw fath yn y byd hwn. Byddwn yn ei adael drwy fyw fel rydym, a thrwy'r bywydau rydym yn cyffwrdd â nhw. Byddwn yn ei adael drwy ein gwaith, ein perthnasoedd a'n gwerthoedd. I nifer mawr ohonom, ein marc mwyaf fydd ein heffaith ar fywydau ein hanwyliaid a'n teuluoedd.

Mae cymynrodd yn rhywbeth sy'n ymwneud â'r bywyd rydym yn ei fyw a'r dewisiadau rydym yn eu gwneud. I rai ohonom, mae gadael rhodd mewn Ewyllys yn gallu bod yn ffordd i gadarnhau beth sydd bwysicaf i ni mewn bywyd, yn ffordd i adael i'n gwerthoedd fyw ar ein hôl.

Mae'n naturiol, wrth wneud Ewyllys, mai'r peth cyntaf sy'n dod i'n meddwl yw gofalu am ein teulu. Ond ar ôl darparu ar eu cyfer, bydd rhai ohonom am ystyried ein teulu ehangach – ein cymdogion yma yn y gymuned hon a'n cymdogion byd-eang. Mae rhodd i'ch eglwys neu i Cymorth Cristnogol yn gallu bod yn ffordd ardderchog i adlewyrchu'r cariad sydd o'n hamgylch – i gwblhau ein bywydau drwy dalu ymlaen ychydig o'r cariad sy'n ein cynnal ac yn rhoi i ni obaith.

Sylwer: Mae'n bwysig peidio â gofyn yn uniongyrchol i bobl adael rhodd yn eu Hewyllys i Cymorth Cristnogol – mae hwn yn fater sensitif ac ni fydd pawb yn teimlo eu bod mewn lle i allu gwneud hyn. Dyma pam mai'r unig beth y byddwn yn ei ofyn yw iddynt ystyried gwneud hynny.

Ysbrydoli myfyrdod

Gweithgaredd 1: 'Ewyllys Da... i adael rhodd yn ein Hewyllys'

Bydd angen:

- Bwrdd
- Hambwrdd mawr yn llawn tywod
- Llun o awyr y nos neu'r bydysawd, yn llawn sêr
- Copïau o'r adnodau allweddol isod am Abraham o Hebreaid 11
- Stribedi o bapur a phennau ysgrifennu

Ar gyfer myfyrio

Mae 'bod â ffydd' yn golygu gwneud yr hyn sy'n iawn ac ymddiried yn addewidion Duw hyd yn oed os na fyddwn yn gweld y canlyniadau ar unwaith, neu hyd yn oed yn ystod ein hoes. Mae Hebreaid 11:1 yn ei fynegi fel hyn:

'Ffydd ydy'r sicrwydd fod beth dŷn ni'n gobeithio amdano yn mynd i ddigwydd. Mae'n dystiolaeth sicr o realiti beth dŷn ni ddim eto'n ei weld. Dyma pam gafodd pobl ers talwm eu canmol gan Dduw.' **Hebreaid 11:1-2**

Un o'r hynafiaid hynny sy'n cael enw da drwy ffydd yn Hebreaid 11 yw Abraham.

Ymddiriedodd Abraham yn addewidion Duw, er nad oedd yn ymddangos yn debygol ar y pryd y byddent yn cael eu gwireddu. Addawyd disgynyddion i Abraham er nad oedd wedi cael plant gyda'i wraig, Sara, ac er bod y ddau ohonynt wedi mynd heibio i'r oed arferol ar gyfer cenhedlu plant.

Er hynny, dywedir wrthym:

'Ffydd wnaeth alluogi Sara i fod yn fam hefyd. Roedd yn llawer rhy hen i gael plentyn mewn gwirionedd, ond roedd yn credu y byddai Duw yn gwneud beth roedd wedi'i addo. Felly, o'r un oedd yn rhy hen i gael plant, cafodd Abraham gymaint o ddisgynyddion mae'n amhosib eu cyfri i gyd – maen nhw fel y sêr yn yr awyr neu'r tywod ar lan y môr!' **Hebreaid 11:11-12**

Yn yr un ffordd, mae gadael rhodd yn ein Hewyllys i'n heglwys ac i Cymorth Cristnogol yn weithred o ffydd. Efallai na fyddwn yn gweld y canlyniadau yn ystod ein hoes, ond bydd nifer y bywydau y gallwn eu trawsnewid drwy ein rhodd yn gallu bod mor niferus â'r sêr yn yr wybren neu'r gronynnau o dywod ar lan y môr.

Pethau i'w gwneud

1. Rhedwch eich bysedd drwy'r tywod ar yr hambwrdd a meddwl am ba nifer o ronynnau o dywod a allai fod mewn lle mor fach. Nawr ystyriwch ba nifer yn rhagor a allai fod ar draeth rydych yn ei adnabod. Addawyd nifer mawr o ddisgynyddion i Abraham – ond dim ond un a anwyd iddo ef a Sara. Ystyriwch addewidion Duw yn eich bywyd chi: beth sydd wedi'i wireddu? Beth rydych yn dal i obeithio ei weld – i chi'ch hun, i'ch cymuned leol ac i'r byd yn gyffredinol? Pa effaith fyddech chi'n hoffi ei gweld o'ch bywyd chi a'r pethau rydych yn eu rhoi?

2. Edrychwch ar y llun o awyr y nos. Meddyliwch am eich profiadau'ch hun o edrych ar awyr y nos. Yn aml, ni fyddwn yn gallu gweld yr holl sêr – bydd rhai'n anweladwy i ni, i'r llygad noeth yn sicr, ond maen nhw yno er hynny. Neu efallai y byddwn wedi cael y profiad o gael ein cyfareddu gan wybren yn llawn o sêr, gormod i'w cyfrif. Nid oedd Abraham wedi gweld ei nifer mawr o ddisgynyddion yn ystod ei oes. Er hynny, roedd yn ymddiried yn addewid Duw y byddai'n gadael marc. Gall fod yr un fath o ran gwireddu ein gobeithion a'n gweddïau – efallai na fyddwn yn gweld y canlyniadau i'n gobeithion a'n gweddïau ar unwaith. Pa obeithion a gweddïau am y dyfodol y byddech chi'n hoffi i Dduw eu bendithio a'u lluosi? Unwaith eto, meddyliwch am hyn ar lefel bersonol, leol a byd-eang.

3. Ysgrifennwch eich gobeithion a'ch gweddïau am y dyfodol ar stribed o bapur, ei blygu a'i guddio yn y tywod.

Ysbrydoli myfyrdod

Gweithgaredd 2: ‘Ewyllys Da... i adael i’n gwerthoedd barhau’

Bydd angen:

- Copïau o’r myfyrdod isod, yn cynnwys y dyfyniad o lythyr George Fox ac o Hebreaid 11:4
- Nodiadau post-it ar siâp swigen siarad neu ffrwythau neu siapiau wedi’u torri allan
- Pennau ysgrifennu
- [Yn arbennig o addas ar gyfer Diolchgarwch] Os ydych yn defnyddio siapiau ffrwythau, efallai y byddwch am gynnwys darlun neu ffotograff o goeden lle bydd pobl yn gallu glynu eu siapiau wedi’u torri allan neu nodiadau post-it.

Ar gyfer myfyrio

Yn Hebreaid 11, un o’r hynafiaid sy’n cael ei ganmol am ei ffydd yw Abel a gafodd ei ladd gan ei frawd cenfigennus Cain:

‘Ei ffydd wnaeth i Abel offrymu aberth i Dduw oedd yn well nag un Cain. Dyna sut y cafodd ei ganmol fel un oedd yn gwneud y peth iawn, gyda Duw ei hun yn dweud pethau da am ei offrwm. Ac er ei fod wedi marw ers talwm, mae ei ffydd yn dal i siarad â ni.’
Hebreaid 11:4

‘Gadewch i’ch bywyd lefaru’ yw un o hen ddywediadau’r Crynwyr, ac mae’n deitl ar lyfr am yr alwad ysbrydol gan yr awdur Americanaidd cyfoes o Grynwr, Parker Palmer. Mae’n aralleiriad o rywbeth a ysgrifennwyd mewn llythyr gan George Fox, sylfaenydd y Crynwyr. Geiriau Fox oedd:

‘Gadewch i’ch bywydau bregethu, gadewch i’ch golau ddisgleirio, fel y gwelir eich gweithredoedd, fel y gogoneddir eich Tad; fel y bydd ffrwythau’ch llafur yn troi at sancteiddrwydd, ac fel y cewch fywyd tragwyddol ym mhen y daith.’
George Fox, 200fed llythyr

Meddyliwch am eich bywyd eich hun ac ystyried y cwestiynau hyn:

- Sut mae’ch ffordd o fyw yn ‘llefaru’ am eich ffydd a’ch gwerthoedd?
- Pa ‘ffrwythau’ rydych yn eu dangos yn eich bywyd? Beth fyddech yn hoffi ei ddangos?
- Pa rodd fyddech chi’n hoffi ei adael? Sut byddech yn hoffi i’ch bywyd ‘lefaru’ wrth bobl eraill wedi i chi farw ac wrth bobl na fyddwch byth yn cwrdd â nhw?
- Sut y gallwch wneud i hynny ddigwydd?

Pethau i’w gwneud

1. Ysgrifennwch eich syniadau ar y nodiadau post-it neu siapiau wedi’u torri allan (a’u glynu wrth y goeden, os ydych yn dewis yr opsiwn hwn).

Ysbrydoli myfyrdod

Gweithgaredd 3: ‘Ewyllys Da… i dalu ymlaen’

Mae tri opsiwn ar gyfer y gweithgaredd hwn – dewiswch yr un sy’n addas i’ch cyd-destun chi.

Ar gyfer myfyrio

Beth rydym yn ddiolchgar amdano yn ein bywydau?

Rydym yn rhan o greadigaeth Duw. Yn ystod y flwyddyn, byddwn yn diolch am ein bwyd, ac am bawb sydd wedi’i dyfu a’i gynhyrchu. Byddwn yn moli Duw am ffrwythlondeb y ddaear. Byddwn hefyd yn meddwl am y rheini sydd mewn angen a sut y gallem eu helpu. Mae hyn yn enghraifft o ‘dalu ymlaen’ – drwy fod yn ddiolchgar am yr haelioni a gawsom, byddwn yn cael ein cymell i rannu haelioni ag eraill.

Cymdeithasu yn Eglwys Palmerston Place, Caeredin.

Mae Robert Emmons yn ymchwilydd sydd wedi astudio effaith diolchgarwch yn ein bywydau. Dyma beth mae’n ei ddweud:

‘Rydym yn hoff o feddwl mai ni yw ein creawdwyr ein hunain a’n bod yn cael gwneud fel a fynnwn â’n bywydau. Rydym yn cymryd pethau’n ganiataol. Rydym yn cymryd mai ni sy’n llwyr gyfrifol am yr holl ddaioni sy’n dod i’n rhan. Wedi’r cwbl, rydym wedi’i ennill. Rydym yn ei haeddu. Mae yna olygfa yn The Simpsons sy’n crisialu’r meddylfryd hwn. Pan ofynnir iddo ddweud gras wrth fwrdd bwyd y teulu, mae Bart Simpson yn cynnig y geiriau canlynol: “Annwyl Dduw, ni sydd wedi talu am yr holl bethau hyn ein hunain, felly diolch am ddim byd.”

‘Ar un ystyr, wrth gwrs, mae’n dweud y gwir… Ond ar lefel arall, mae’n methu â gweld y darlun cyfan… Mae diolchgarwch yn golygu gostyngeiddrwydd – cydnabyddiaeth na allem fod yr hyn ydym neu fod lle rydym yn ein bywydau heb gyfraniad pobl eraill… Diolchgarwch yw’r ddolen allweddol rhwng derbyn a rhoi: mae’n cymell y derbynnydd i rannu a chynyddu’r union ddaioni y mae wedi’i gael.’

‘Pay it forward’, Robert Emmons, 1 Mehefin 1997, cyrchwyd yn greatergood.berkeley.edu

Ysbrydoli myfyrdod

Gweithgaredd 3, opsiwn 1: Gwe talu ymlaen

Bydd angen:

- Bwrdd pinio mawr
- Pelenni llinyn a siswrn neu ddarnau o linyn wedi'u torri
- Pinnau
- Nodiadau post-it
- Pennau ysgrifennu

Pethau i'w gwneud

1. **Am beth rydw i'n ddiolchgar yn fy mywyd?**

   Ysgrifennwch hyn ar nodyn post-it o liw penodol a'i lynu wrth y bwrdd pinio.

2. **Pwy sydd wedi fy helpu yn fy mywyd – drwy weithredoedd caredig, haelioni, amser?**

   Meddyliwch am bobl benodol, am eu gweithredoedd ac am effaith hynny ac ysgrifennu hyn ar nodyn post-it o liw gwahanol. Glynwch yr ail nodyn post-it ychydig oddi wrth eich nodyn post-it cyntaf. Wedyn cysylltwch y cyntaf a'r ail o'r nodiadau post-it drwy osod pinnau yn y ddau a chlymu darn o linyn rhyngddynt.

3. **Sut y gallaf 'dalu ymlaen' am yr haelioni a gefais? Pa rodd rydw i am ei adael?**

   Gallai fod yn weithred garedig, yn rhodd i elusen neu'n benderfyniad i adael rhodd yn fy Ewyllys i'm heglwys ac i Cymorth Cristnogol fel y bydd fy ngwerthoedd a'm credoau yn byw ar fy ôl. Ysgrifennwch eich syniadau ar drydydd nodyn post-it (o liw gwahanol i'r ddau blaenorol) a chysylltu'r trydydd nodyn post-it â'r ddau blaenorol drwy osod pin ynddo a chlymu dau ddarn arall o linyn.

   Camwch yn ôl ac edrych ar y we o gysylltiadau rydych wedi'i chreu, gwe sy'n ymestyn yn ôl i'r gorffennol ac ymlaen i'r dyfodol a diolchwch i Dduw amdani.

Ysbrydoli myfyrdod

Gweithgaredd 3, opsiwn 2: Talu ymlaen yn lleol ac yn fyd-eang

Bydd angen:

- Tri bwrdd pinio mawr
- Pelenni llinyn a siswrn neu ddarnau o linyn wedi'u torri
- Pinnau
- Nodiadau post-it
- Pennau ysgrifennu

Pethau i'w gwneud

Cyn dechrau, paratowch y tri bwrdd pinio gyda'r lluniau canlynol:

1. Un gyda llun o'ch eglwys neu siâp eglwys.
2. Yr ail gyda map o'ch cymuned leol neu luniau i'w chynrychioli a rhai o'r sefydliadau sydd ynddi, ee, ysgolion, mannau addoli, ffatrïoedd a gweithleoedd eraill. Gallech gynnwys banciau bwyd a llochesi i bobl ddigartref.
3. Y trydydd gyda map o'r byd a lluniau o unrhyw brosiectau mewn gwledydd tramor sydd eisoes yn cael cymorth gan eich eglwys.

Gofynnwch i'r cyfranogwyr fyfyrio ar y ffordd y byddent yn hoffi talu haelioni ymlaen ym mhob un o'r lleoliadau hyn, drwy ateb y cwestiynau canlynol.

Ar gyfer pob un o'r tri chwestiwn isod, efallai y byddwch am ystyried y gwahaniaeth a allai ddigwydd yn y cymunedau hyn drwy adael rhodd yn eich Ewyllys.

1. **Myfyriwch ar bob dim rydych wedi'i dderbyn gan bobl eraill yn ystod eich bywyd, efallai gan rai yng nghymuned yr eglwys leol.** Gan gymryd agwedd ddiolchgar, meddyliwch am y ffordd y byddech yn hoffi talu'r haelioni hwn yn ei flaen yng nghymuned eich eglwys leol. Ysgrifennwch eich syniadau ar nodyn post-it a'i lynu wrth y bwrdd.
2. **Meddyliwch am y gymuned leol ehangach. Sut y gallwch 'ei dalu ymlaen' yma?** Ysgrifennwch eich syniadau ar nodyn post-it a'i lynu wrth y bwrdd.
3. **Gwnewch yr un peth wrth feddwl am y byd cyfan – y gymuned fyd-eang rydym i gyd yn rhan ohoni. Sut y gallwch ei dalu ymlaen yma?** Ysgrifennwch eich syniadau ar nodyn post-it a'i lynu wrth y bwrdd.

Ysbrydoli myfyrdod

Gweithgaredd 3, opsiwn 3: Cadwyni papur talu ymlaen

Bydd angen:

- Stribedi papur i wneud cadwyni
- Pennau ysgrifennu
- Ffyn glud

Pethau i'w gwneud

1. Gofynnwch yr un cwestiynau â'r rheini ar gyfer gweithgaredd 1 ond, yn lle ysgrifennu atebion ar nodiadau post-it a'u glynu wrth fwrdd pinio, gofynnwch i'r cyfranogwyr ysgrifennu eu syniadau ar stribedi papur (un am bob ateb) a chysylltu'r rhain â'i gilydd wedyn drwy ddefnyddio'r ffyn glud.
2. Cysylltwch y rhain wedyn â'r cadwyni sydd wedi'u gwneud gan gyfranogwyr eraill er mwyn creu un gadwyn bapur fawr.
3. Ar ddiwedd y gwasanaeth, gofynnwch i rywun ddod â'r gadwyn bapur fawr ymlaen i'w dangos fel enghraifft o sut mae pawb ohonom yn gysylltiedig – â'n gorffennol, ein presennol a'n dyfodol – a pha mor nerthol y mae cadwyn o bobl sy'n 'talu ymlaen' yn gallu bod.

Mae Cymorth Cristnogol yn aelod allweddol o ACT Alliance. Rhif elusen Cymru a Lloegr 1105851 Rhif elusen yr Alban SC039150 Rhif cwmni 5171525
Mae enw a logo Cymorth Cristnogol yn nodau masnach i Cymorth Cristnogol. © Cymorth Cristnogol Gorffennaf 2024 :Lluniau: Cymorth Cristnogol/ Robin Prime, Adam Haggerty, David Brazier

Cwestiynau i grŵp bach

Gadael rhodd i greu newid

1. Meddyliwch am eich eglwys. Beth rydych yn ei wybod am ei hanes a'r effaith a gafodd ar eich cymuned? Sut mae'r eglwys yn gwneud gwahaniaeth heddiw?
2. Mae Cymorth Cristnogol yn 80 mlwydd oed eleni. Meddyliwch am Cymorth Cristnogol neu am elusennau neu achosion eraill rydych yn eu cefnogi. Beth sy'n fwyaf gwerthfawr am eu gwaith? Beth yw'ch gobeithion ar gyfer eu dyfodol?
3. Mae'r byd yn wynebu nifer mawr o heriau heddiw. Dywedwch air neu ddau wrth y grŵp am eich pryderon am y dyfodol ac am y pethau sy'n rhoi gobaith i chi. Sut y gallech droi'r gobeithion a phryderon hyn yn sbardun i weddi a gweithredu?

Gadael rhodd fel penderfyniad

1. Mae llawer ohonom yn hoff o gynllunio. Rydym yn hoffi gwybod beth yn union fydd yn digwydd nesaf. Ond ni fydd bywyd yn dilyn y cynllun bob tro. Allwch chi feddwl am dro annisgwyl yn eich bywyd? Sut roeddech wedi delio â hynny? A ydych yn gweld y byd mewn ffordd wahanol o ganlyniad i hyn?
2. Beth rydych yn fwyaf diolchgar amdano yn eich bywyd?
3. Pa ffyrdd sydd gennych i gofio am bobl bwysig yn eich bywyd sydd wedi marw? Sut byddech chi'n hoffi cael eich cofio?

Awgrym i arweinwyr grwpiau bach:

Gofynnwch i aelodau'r grŵp ddod â llun neu wrthrych sy'n gysylltiedig ag atgof arbennig. Os ydynt yn hapus i wneud hynny, gofynnwch iddynt rannu'r atgof hwn gyda gweddill y grŵp.

Mae'r Parchedig Nan Powell-Davies n credu ym mhwer rhoddion mewn Ewyllysiau.