

Y Rhai Nas Cymodwyd - Garawys 2011

# Gwahanu ac Uno

Dydd Sul, 20 Mawrth 2011

DECHRAU'R DAITH

## Hir wahanu

Un o anawsterau meddwl am gymod Cristnogol yw ein bod yn tueddu i'w ddychmygu yn nhermau'r holl bethau amlwg y gwyddom sydd o'u lle yn y byd ac sydd angen eu trwsio. Bydd ein gweddïau yn yr eglwys yn aml yn adlewyrchu'r ymwybod hwn o'r malurio a'r niweidio sydd yn y byd. Mae arnom eisiau gweddïo dros y materion gwleidyddol mawr fel y berthynas rhwng Israel a Phalestina, y rhyfel yn Affganistan, y niwed a wnaed i fywydau pobl yn Irac, y difrod a wnaethom i'r amgylchedd. Yr ydym yn dyheu am ddyfod heddwch i fannau lle y mae rhyfel, am ddyfod undod i wledydd a rwygwyd gan hilyddiaeth, gwleidyddiaeth neu grefydd. Yr ydym am weld datrys pob gwrthdaro crefyddol a gwleidyddol, cymunedau yn cyd-fyw â'i gilydd, a dyrchafu'r rhai na allant fyw bywyd defnyddiol oherwydd tlodi neu afiechyd. Treuliwn lawer o amser yn ystyried rhaniadau ac anawsterau a gwneir llawer o waith Cristnogol ardderchog i geisio datrys gwrthdaro a chymodi carfannau gelyniaethus i'w gilydd.

Y mae weithiau'n anos gweld y sefyllfaoedd hynny lle y mae popeth yn ymddangos yn dawel a heddychlon ar yr wyneb ond oddi tanodd y mae o hyd ddiellonedd, camddealltwriaethau, hen gwynion a chamreoli. Gall hynny fod lle y daeth gwlad i gytundeb gwleidyddol ond bod tensiynau hiliol neu grefyddol yn dal heb eu datrys; gall fod gelyniaeth rhwng gwahanol eglwysi neu grefyddau; gall fod anghytundeb ynglŷn â'i dyfodol oddi mewn i gynulleidfa. Gall anghydfod fodoli oddi mewn i deuluoedd sy'n gwrthod trafod materion cynhennus. Gall hyn oll rannu cymdogion a chymunedau a niweidio cyfeillgarwch a pherthynas.

Yn ystod y Garawys yr ydym yn nesáu at ddigwyddiad lle y llwyr ddiddymwyd y gagendor rhwng pobl a Duw. Y pethau sy'n ein gwahanu oddi wrth Dduw – ein methiant i geisio ewylllys Duw a gwneud synnwyr ohoni ac ufuddhau iddi, y drygioni a wnawn, y llanast a wnawn o fywyd ac o fod yn fyw, y myrddiwn pethau a alwn yn bechod, fe wydrodd Duw'r rhain oll ar ddydd y Pasg. Crynhowyd y peth yng ngeiriau enwog Ioan 3:16, 'Do, carodd Duw y byd gymaint nes iddo roi ei unig Fab, er mwyn i bob un sy'n credu ynddo ef beidio â mynd i ddistryw ond cael bywyd tragwyddol'. Drwy Iesu, does dim rhaid inni fod wedi ein gwahanu oddi wrth Dduw. Y mae ein hundod terfynol ni a Duw wedi ei sicrhau.

Yng ngeiriau'r salm a osodwyd am heddiw:

*Bydd yr ARGLWYDD yn dy gadw rhag pob drwg,*

*bydd yn cadw dy einioes.*

*Bydd yr ARGLWYDD yn gwyllo dy fynd a'th ddod*

*yn awr a hyd byth.*

**Salm 121**

Ond nid dyna'r cyfan. Ni ddaeth diwedd amser eto. Yr ydym yn byw yn yr amser sydd ohoni ac y mae gennym orchwyl i'w wneud. Y gorchwyl hwnnw yw newid byd Duw, dod â'r rhinweddau dwyfol o dangnefedd, cydymddibyniaeth, cariad a ffyniant i bob bywyd ar y blaned. Y mae sut y gwelwn y gorchwyl hwn a sut yr ydym yn meddwl y gallwn beri i'r newidiadau hynny ddigwydd yn amrywio yn ôl ein traddodiad Cristnogol, ond yr hyn sy'n gwbl sicr yw bod arnom angen rhoi sylw i'r pethau bychain – y lleoedd lle y mae pob dim yn edrych yn iawn ond bod rhywbeth o'i le oddi tanodd – yn ogystal ag i'r pethau mawr.

Yn yr adnodd hwn at yr ail Sul yn y Garawys byddwn yn edrych ar yr hyn a wnaeth Iesu ynglŷn â'r peth ac yn ystyried ymhle y gall fod cymunedau o bobl Nas Cymodwyd ac a lwyr anwybyddir yn eich ardaloedd lleol chwi.

## Gweithgaredd

### Dewiswch o blith yr isod:

- Gofynnwch i'r grŵp ymlaen llaw drafod â phobl yn eich cymdogaeth ymhle y maent yn gweld rhaniadau yn eich cymuned, neu chwiliwch yn y papurau newydd lleol am raniadau o'r fath, neu gwrandewch ar radio lleol i weld beth yw'r pynciau trafod yn eich ardal. A oes materion y gwyddoch chiwi amdanynt nad yw eich papurau newydd lleol na'ch gorsafoedd radio lleol yn eu trafod? A allech ysgrifennu i'ch papurau lleol neu siarad â'ch gorsaf radio lleol i dynnu sylw at y pethau hyn?
- Gofynnwch i'r grŵp rannu storïau am bobl yn eu teuluoedd sydd wedi peidio â siarad â hwy, wedi colli cysylltiad â hwy neu wedi cweryla â hwy. Sut y digwyddodd y gwahanu a sut y cyfannwyd ef? Beth sy'n digwydd mewn sefyllfaoedd lle na bydd cymodi byth?
- Gofynnwch i'r grŵp ystyried ym mha le y mae amrywiaeth yn rhoi lliw i'r gymuned. Beth sy'n braf am ddod ar draws gwahanol ddulliau o fyw, diwylliannau, crefyddau ac ati? A oes yna sefyllfaoedd pan y mae gormod o amrywiaeth inni fedru dygymod ag ef, fel ei fod yn ein drysu a hyd yn oed yn ein gelyniaethu?

MYND YN DDYFNACH

## Stori: mwynwyr Chile

Ym mis Hydref 2010, llawenhaodd y byd gyda phobl Chile pan achubwyd 33 o fwynwyr a gawsai eu claddu'n ddwfn dan y ddaear yn dilyn damwain. Roedd y mwynwyr wedi treulio dau ddiwrnod ar bymtheg cyntaf eu caethiwed mewn tywyllwch, heb wybod a wyddai neb ymhle'r oeddent nac a oeddent yn dal yn fyw. Wedi hynny fe lwyddwyd i ddrilio i'r gofod lle'r oeddent a gallasant hwythau anfon nodyn i'r wyneb yn dweud eu bod i gyd yn ddiogel ond bod hanner milltir o graig galed yn eu gwahanu oddi wrth eu ceraint a'r awyr iach. Dros y ddeufis nesaf bu'n rhaid iddynt aros dan y ddaear tra meddyliai peirianwyr sut i ddrilio'n ddiogel atynt, creu twnnel dianc a gollwng caets i lawr trwyddo i'w dwyn yn ôl i'r wyneb. Ar yr wyneb, yr oedd teuluoedd yn gweddïo ac yn cadw gwynosau, ac anfonid bwyd, dŵr a moddion i lawr at y mwynwyr. Pan ddaethpwyd â hwy i'r wyneb a'u haduno â'u teuluoedd, yr oedd yno lawenydd a dagrau a diolchgarwch i Dduw. Ystyrid arlywydd Chile yn arwr di-ildio ac fe'i llongyfarchwyd ledled y byd ar ymgyrch achub a oedd wedi uno Chile a'r holl fyd ac wedi rhoi pobl o flaen elw.

### Gwylwch ar YouTube:

[www.youtube.com/watch?v=XGecqHnN2gQ](http://www.youtube.com/watch?v=XGecqHnN2gQ)

## Stori: cymuned deithiol

Mewn dinas Ewropeaidd fawr ymsefydlodd cymuned deithiol fechan mewn ardal ddirywiedig. Prynasant sawl siop fechan a sefydlu sawl busnes bychan llwyddiannus. Gyda'r elw, prynasant ddarn o dir ac adeiladu addoldy. Yr oedd y bobl leol yn falch iawn o'r siopau a'r busnesau a rhoesant groeso i'r gymuned newydd, a oedd yn awr yn un ffyniannus, a ffurfiwyd llawer cyfeillgarwch parhaol. Yn nhrefl amser, symudodd pobl eraill o wledydd tramor i ymuno â'r gymuned. Wrth i hynny ddigwydd, ac i'r gymuned dyfu, dechreuodd y berthynas â'r bobl leol newid. Canfu'r bobl leol eu bod dan bwysau i symud allan fel y gallai'r gymuned deithiol brynu eu heiddo. Câi rhai o'r hen bobl leol eu hanwybyddu mewn siopau, a hynny gan bobl a ystyrient yn gyfeillion. Darganfu rhai bod eu iardiau cefn a'u gerddi yn cael eu meddiannu dros nos, a ffensys yn cael eu tynnu i lawr neu eu symud. Dechreuodd y bobl leol deimlo eu bod wedi eu hynysu a chododd tensiynau. Wedi peth amser, lledodd y dicllonedd at weithredoedd y gymuned deithiol y tu hwnt i'r ardal, ac o ganlyniad ymosododd giwed o bobl arni, yn dinistrio siopau a llosgi ceir.

### Cwestiynau i'w trafod

- Sut, dybiwch chiwi, yr oedd y mwynwyr yn teimlo o sylweddoli eu bod wedi'u cau yn y pwll?
- Sut, dybiwch chiwi, yr oedd eu teuluoedd yn teimlo pan glywsant am y ddamwain?
- Trafodwch fel grŵp yr ymdrech gydweithredol y bu ei hangen i ryddhau'r mwynwyr. Pa ran, dybiwch chiwi, a chwaraeodd ffydd i gynnal y bobl hyn?

- Sut, dybiwch chwi, y teimlai'r gymuned deithiol wrth ymsefydlu am y tro cyntaf yn y ddinas?
- Sut, dybiwch chwi, yr oedd y bobl leol yn teimlo wrth i amser fynd rhagddo?
- Pa gymuned, dybiwch chwi, oedd yn teimlo ei bod dan fwyaf o fygythiad oddi wrth y llall?
- Beth, dybiwch chwi, y gallesid bod wedi'i wneud i atal y sefyllfa rhag dirywio?
- Pwy yw'r bobl sydd wedi eu 'claddu' neu wedi eu 'cau' yn eich cymdeithas chwi?

## Gweithgaredd

Darllenwch y deunydd hwn gan Gristnogaeth Gyfoes (gynt, Canolfan Gristnogaeth Gyfoes Iwerddon):

*Y mae Cristnogaeth Gyfoes yn bodoli i gynorthwyo Cristnogion ac eglwysi yng Ngogledd Iwerddon i wasanaethu Crist yn effeithiol yn ein byd cyfnewidiol.*

*Ysgubodd newidiadau diwylliannol dwfn drwy Ewrop yn ystod y blynyddoedd diwethaf. Fel y rhan fwyaf o'r boblogaeth, dryswyd Cristnogion gan gyflymder y newid a buont yn brwydro i fyw'n ddilys mewn cymdeithas ôl-Gristnogol. Yng Ngogledd Iwerddon, rhaid inni ddatrys cwestiynau arbennig.*

### Cenhadaeth

*Ymrwymasom i ddatblygu'r wybodaeth a'r sgiliau personol y mae ar Gristnogion ac eglwysi eu hangen i wasanaethu cymunedau lle y mae anghydfod diwylliannol o bwys, gwrthdaro cymunedol a newid cymdeithasol, trwy fod yn rhwydwaith lle y gallant ddod o hyd i adnoddau beiblaidd a chefnogaeth ymarferol.*

### Gweledigaeth

*Dymunwn weld y gymuned Gristnogol yng Ngogledd Iwerddon yn meithrin ffydd ddofn, radical a beiblaidd – ffydd yn Nuw sydd, yn Iesu Grist, yn cymodi'r byd, yn adfer perthynas pobl â'i gilydd ac yn gofalu am fywyd y cread oll, ffydd a rydd inni hyder i wynebu ein diwylliant a'i newid a'i ail-lunio.*

[www.contemporarychristianity.net](http://www.contemporarychristianity.net)

Gofynnwch i'r grŵp drafod y datganiad hwn o weledigaeth ac ystyried pa fath o ddatganiad o weledigaeth y gallai eich cymuned Gristnogol chwi ei gynhyrchu. Beth fyddai'n wahanol mewn datganiad o'r fath a sut y byddai'n berthnasol i'r man lle'r ydych yn byw.

SYMUD YMLAEN

## Darllen y Beibl

Genesis 12:1-4a

- <sup>1</sup> Dywedodd yr Arglwydd wrth Abram, "Dos o'th wlad, ac oddi wrth dy dylwyth a'th deulu, i'r wlad a ddangosaf i ti.
- <sup>2</sup> Gwnaf di yn genedl fawr a bendithiaf di; mawrygaf dy enw a byddi'n fendith.
- <sup>3</sup> Bendithiaf y rhai sy'n dy fendithio, a mellithiaf y rhai sy'n dy felltithio, ac ynot ti bendithir holl dylwythau'r ddaear."
- <sup>4</sup> Aeth Abram fel y dywedodd yr Arglwydd wrtho. Aeth Abram fel y dywedodd yr Arglwydd wrtho, ac aeth Lot gydag ef. Saith deg a phump oedd oed Abram pan aeth allan o Haran.

- Beth, dybiwch chwi, yw'r pethau sy'n ymwneud â gwahanu ac uno yn y darn hwn?
- Sut, dybiwch chwi, y gwelai Abram ei berthynas â Duw?
- Sut yr ydych yn deall addewid Duw i Abram mewn perthynas â gwaith cymodlon Duw yn y byd?

## Efengyl

### Mathew 17:1-19

- <sup>1</sup> Ymhen chwe diwrnod dyma Iesu'n cymryd Pedr ac Iago ac Ioan ei frawd a mynd â hwy i fynydd uchel o'r neilltu.
- <sup>2</sup> A gweddnnewidiwyd ef yn eu gŵydd hwy, a disgleiriodd ei wyneb fel yr haul, ac aeth ei ddillad yn wyn fel y goleuni.
- <sup>3</sup> A dyma Moses ac Elias yn ymddangos iddynt, yn ymddiddan ag ef.
- <sup>4</sup> A dywedodd Pedr wrth Iesu, "Arglwydd, y mae'n dda ein bod ni yma; os mynni, gwnaf yma dair pabell, un i ti ac un i Moses ac un i Elias."
- <sup>5</sup> Tra oedd ef yn dal i siarad, dyma gwmwl golau yn cysgodi drostynt, a llais o'r cwmwl yn dweud, "Hwn yw fy Mab, yr Anwylyd; ynddo ef yr wyf yn ymhyfrydu; gwrandewch arno."
- <sup>6</sup> A phan glywodd y disgyblion hyn syrthiasant ar eu hwynebau a chydiodd ofn mawr ynddynt.
- <sup>7</sup> Daeth Iesu atynt a chyffwrdd â hwy gan ddweud, "Codwch, a pheidiwch ag ofni."
- <sup>8</sup> Ac wedi edrych i fyny ni welsant neb ond Iesu'n unig.
- <sup>9</sup> Wrth iddynt ddod i lawr o'r mynydd gorchmynnodd Iesu iddynt, "Peidiwch â dweud wrth neb am y weledigaeth nes y bydd Mab y Dyn wedi ei gyfodi oddi wrth y meirw."
- <sup>10</sup> Gofynnodd y disgyblion iddo, "Pam y mae'r ysgrifenyddion yn dweud bod yn rhaid i Elias ddod yn gyntaf?"
- <sup>11</sup> Atebodd yntau, "Bydd Elias yn dod ac yn adfer pob peth.
- <sup>12</sup> Ond 'rwy'n dweud wrthyf fod Elias eisoes wedi dod, ond iddynt fethu ei adnabod, a gwneud iddo beth bynnag a fynnent; felly hefyd y mae Mab y Dyn yn mynd i ddioddef ar eu llaw."
- <sup>13</sup> Yna deallodd y disgyblion mai am Ioan Fedyddiwr y bu'n sôn wrthynt.
- <sup>14</sup> Pan ddaethant at y dyrfa, daeth dyn at Iesu gan benlinio o'i flaen a dweud,
- <sup>15</sup> "Syr, tosturia wrth fy mab, oherwydd y mae'n dioddef o ffitiau ac yn dioddef yn enbyd, yn cwympto'n aml i'r tân ac yn aml i'r dŵr.
- <sup>16</sup> Deuthum ag ef at dy ddisgyblion di, ac ni allasant hwy ei iacháu."
- <sup>17</sup> Atebodd Iesu, "O genhedlaeth ddi-ffydd a gwrygam, pa hyd y byddaf gyda chwi? Pa hyd y goddefaf chwi? Dewch ag ef yma ataf fi."
- <sup>18</sup> Ceryddodd Iesu y cythraul, ac aeth allan ohono, ac fe iachawyd y bachgen o'r munud hwnnw.
- <sup>19</sup> Yna daeth y disgyblion at Iesu o'r neilltu a dweud, "Pam na allem ni ei fwrw ef allan?"

Hanes cadarnhau Iesu yn ei genhadaeth i gymodi'r byd â Duw trwy fynd i'r groes (gweler Luc 9:31) yw stori'r 'Gweddnnewidiad'; hanes ei nerthu mewn sgwrs â Moses (a arweiniodd bobl Dduw o'r Aifft i Wlad yr Addewid, h.y. yr un a ddefnyddiodd Duw i waredu ac i ffurfio ei bobl) ac Elias (y proffwyd o'r C9<sup>ed</sup> cyn Crist a alwodd Israel gyfeiliornus yn ôl Dduw). A hanes Duw'n cadarnhau i'r tri disgybl, Pedr, Iago ac Ioan, pwy yw Iesu. Symbol o bresenoldeb Duw yw'r 'cwmwl'.

Yn y stori gŵyr y tri disgybl eu bod wedi eu gwahanu oddi wrth Moses ac Elias (a fyddai'n arwyr iddynt). Gydol y weledigaeth gwrthgyferbynnir nefoedd a daear, y dyrchafedig a'r cyffredin, y byw a'r marw, byd y gyfraith a'r proffwyd a'r drefn newydd sydd i ddod. Iesu, Mab annwyl Duw a chyfaill y disgyblion, yw'r ddolen rhwng y gwahanol garfannau, fel yn y darlun. Mae'n mynd rhyngddynt ac yn eu clymu ynghyd. Yn yr un modd, yn stori'r bachgen â chythraul ynddo, gwahenir y bachgen oddi wrth ei gymuned gan ei anhwylder. Ni all y disgyblion ei iacháu a'i adfer i'w gymuned, ond fe all Iesu ac y mae'n gwneud hynny. Trwy Iesu, cynigir inni yr undod a'r adferiad y gall ein bod ni'n meddwl eu bod yn amhosibl, dim ond i lynu'n dynn at y ffydd.

### Cwestiynau i'w trafod

- Pwy yw eich arwyr Cristnogol – seintiau, gwleidyddion Cristnogol, awduron, gweithwyr dros eraill, ac ati? Beth sy'n eich gwahanu chwi rhag bod fel hwy? Sut y gallai eu bywyd hwy eich annog a'ch cynorthwyo chwi ar eich taith Gristnogol?
- Sut, dybiwch chwi, y teimlai'r disgyblion wrth weld eu cyfaill Iesu gyda Moses ac Elias?
- Ceisiodd y disgyblion y gorau i iacháu'r bachgen a'i gymodi â'i gymuned, ond daliodd ef yn un Nas Cymodwyd a pharhau i ddioddef. Sut, dybiwch chwi, y teimlai'r disgyblion ar ol iddynt fethu?

## Canlyn Iesu

Gwyddai Iesu'n dda am y rhaniadau a'r gwahaniadau yn ei gymuned ef. Yr oedd pob math o densiynau rhwng gwahanol garfannau. Roedd y Rhufeiniaid wedi meddiannu'r wlad ac yr oedd yn rhaid i'r gymuned y perthynai Iesu iddi dalu trethi i'r Ymerawdwr ac ufuddhau i gyfraith Rhufain. Yr oedd tensiynau rhwng y bobl gyffredin a'r elit crefyddol fel y Phariseaid a'r Sadwceaid. Gwahenid rhai pobl, yn enwedig os oeddent yn gorfforol neu feddyliol glaf, gan ddeddfau purdeb. Edrychid ar grwpiau eraill o bobl gydag amheuaeth, a'u hosgoi a'u casáu.

Un o'r pethau mwyaf ysgytiol a wnaeth Iesu oedd croesi'n fwriadus y ffiniau rhwng gwahanol grwpiau. Heriodd yr elyniaeth rhwng ei bobl ei hun a'r Rhufeiniaid ac awgrymodd i'w ddilynwyr y dylent 'droi'r foch arall' a 'cherdded y filltir ychwanegol'. Heriodd ei arweinwyr crefyddol ei hun, gan awgrymu eu bod yn llwgr oddi mewn. Iachodd bobl trwy fynd i'r manau lle'r oeddynt yn byw, wedi'u gwahanu oddi wrth gymdeithas, a daeth â hwy yn ôl i mewn, gan ei wneud ei hun yn aml yn ddefodol aflan yn y broses. Bu'n sgwrsio â gwraig o Samaria, ac achubodd wraig 'ddiwerth' a oedd ar fin cael ei llabyddio i farwolaeth.

Ac yn un o storiâu enwocaf yr Efengyl y mae Iesu'n ysgwyd ei wrandawyr â'r cwestiwn 'pwy yw fy nghymydog?'. Yn y stori hon, caiff Iddew ei guro a'i adael i farw, ac y mae'r rhai hynny y mae'n ddyletswydd arnynt ei gynorthwyo yn eu gwahanu eu hunain o fwriad oddi wrth ei ddiodeffaint, a'i adael i waedu i farwolaeth ar y ffordd. Ei 'elynn', dyn o Samaria, un y byddai ef yn croesi'r ffordd i'w osgoi, sy'n estyn cymorth iddo, yn rhwymo'i glwyfau ac yn achub ei fywyd. Hwn, felly, yw'r gwir gymydog – nid y sawl yr ydych yn ei adnabod yn dda ac y byddech yn disgwyl medru dibynnu arno mewn argyfwng, ond dieithryn, tramorwr, sy'n torri trwy bopeth sy'n ein gwahanu i ddangos trugaredd a dynoliaeth bwerus a all newid y byd. Dyna beth yw gwneud gwahaniaeth.

## Gweithgaredd

*"Diolch i'r dyn caredig a roddodd hancesi poced papur imi pan oeddwn i'n wylo ar y trê'n tanddaearol fore Gwener"* (Lauren, Llundain) *Metro* 19/10/10

- Edrychwch yn y golofn 'Good Deed Feed' yn y papur newydd a ddsberthir am ddim, *Metro* (mae rhifynnau ar <http://e-edition.metro.co.uk>) neu yn eich papur lleol am bobl yn diolch i ddieithriaid am eu cynorthwyo neu am fod yn garedig wrthynt. A oes gennych chi hanesion am bobl yn eich cynorthwyo wedi ichwi syrthio neu i'ch car gau mynd, neu yn dychwelyd rhywbeth yr oeddech wedi ei golli? Chwiliwch am straeon da am Samariaid Trugarog yn eich cymuned leol. Pam nad dweud wrth eich gorsaf radio leol amdanynt?

## Gweithredu yn y gymuned

Gofynnwch i'r grŵp ddod o hyd i'r amser i fynd i wasanaeth neu ddiwyddiad mewn eglwys yn perthyn i enwad arall. Gall hyn fod yn amser da i wneud hynny gan fod sawl cyfle eciwmenaid yn y Garawys. Yna gofynnwch i'r grŵp sôn am ei brofiadau. Pwy wnaethoch chi ei gyfarfod? Sut un oedd y gwasanaeth neu'r diwyddiad? Beth oedd yn gyfarwydd a beth oedd yn ddieithr? Fyddech chi am fynd yn ôl a pham? A ydych yn teimlo ichwi ddysgu rhywbeth am undod Cristnogol?

## Myfyrdod diwinyddol a gweddi

O feddwl am stori mwynwyr Chile (uchod) beth y mae'r geiriau hyn o Salm 95 yn ei olygu i chwi?

*Dewch, canwn yn llawen i'r Arglwydd,  
rhownd floedd o orfoledd i graig ein hiachawdwriaeth.  
Down i'w bresenoldeb â diolch,  
gorfoleddwn ynddo â chaneuon mawl.  
Oherwydd Duw mawr yw'r Arglwydd,  
a brenin mawr goruwch yr holl dduwiau.  
Yn ei law ef y mae dyfnderau'r ddaear,  
ac eiddo ef yw uchelderau'r mynyddoedd.*

### Gweddi

*Arglwydd,  
Cynorthwya ni i orchfygu ein hanes,  
Ein hatgofion am hen iawnderau a chamweddau,  
Y bobl y bu arnom eu hofn, y bobl a anwybyddasom.  
Cynorthwya ni i'th weld di ym mhawb y cyfarfyddwn â hwy,  
I gymryd yn ganiataol fod daioni ym mhawb  
A darganfod, y tu hwnt i'n teulu a'n cyfeillion cyfarwydd,  
Gymdogion o bob math yn disgwyl inni eu cofleidio.  
Amen*

## Beth sy'n mynd i newid?

Yn awr casglwch eich meddyliau a'ch syniadau ynghyd ac ystyriwch y cwestiynau hyn:

- **Ymhle y mae had bywyd newydd?** Pa ddoniau a roddodd Duw inni i symud y rhagfuriau rhwng cymdogion a chymunedau?
- **Sut i'w gludo?** Pa adnoddau fydd arnom eu hangen i estyn allan at y rhai a ddieithriwyd ac Nas Cymodwyd yn ein cymunedau?
- **Ymhle y genir y bywyd newydd?** Meddylwch am un weithred o gymod y gallwn ei gwneud i beri i'r Rhai Nas Cymodwyd deimlo'u bod yn cael eu dwyn i mewn.
- **Sut y gallwn ei feithrin?** Sut y gallwn gynnal y weithred o gymod a sicrhau ei llwyddiant?
- **Beth ydym ni'n obeithio ei weld?** Beth fydd wedi newid ar ddiwedd y broses a pha wahaniaeth y dylai fod wedi ei wneud?

## Mynd ymhellach

Sylfaenwyd yr adnodd hwn ar y bennod 'Separation and Unity' yn y llyfr *Unreconciled?* lle y cewch lawer o wybodaeth, storïau a syniadau pellach y gallwch eu defnyddio at astudiaeth bersonol neu mewn grŵp, gan gynnwys syniadau pellach at weithgareddau.

Bydd y Gwasanaeth Dyddiol ar Radio 4 o 21 i 24 Mawrth yn cynnig mwy o ddarlleniadau a myfyrdodau ar thema gwahanu ac uno.

Cymerwyd y dyfyniadau o'r Ysgrhythur allan o'r Beibl Cymraeg Newydd Diwygiedig, 2004, © Cymdeithas y Beibl, Stonehill Green, Westlea, Swindon, SN5 7DG.

Ffotograff o'r Rhai Nas Cymodwyd (y Groes a'r gwydr a dorwyd): CTBI / Vicki a Chuck Rogers / Phil Dragash (Creative Commons - BY-NC-SA)