Gwasanaeth Pendref 24 Ionawr 2010
Beth yw bod yn Gristion?

Croeso cynnes i'r gwasanaeth y bore 'ma, a Blwyddyn Newydd Dda! Maddeuwch i ni os bydd pethe'n braidd yn ddi-drefn heddiw; 'da ni'n amau braidd y bydd yr oedfa braidd yn wahanol i'r arferol, ond gobeithiwn yn un fuddiol.

Dyma'r tro cyntaf i mi drefnu oedfa heb help criw'r Ysgol Sul, a dwi'n ddiolchgar iawn i Twm am helpu.

A gawn ni ddechrau felly drwy gyd-ganu emyn.

EMYN(1): Emyn 36 (Dyma hyfryd fan). Tôn 27 (Clorach)

DARLLENIAD: Y GWYNFYDAU: Gwynfydau: MATHEW 5:1-10, LUC 6: 27-31, 6: 35-36

Thema'r gwasanaeth y bore 'ma yw: "beth yw bod yn Gristion?", neu efallai "beth yw **byw** fel Cristion?" neu "beth sydd angen ar gyfer **bywyd** Cristnogol?" Ond cyn bwrw 'mlaen â'r thema, gawn ni ymdawelu am rhai funedau a gweddio gyda'n gilydd:

GWEDDI: *Gweddiwn*

Diolchwn am y cyfle i ddod at ein gilydd yn yr oedfa y bore 'ma, i fyfyrio a rhannu awr yn nheulu'r eglwys ym Mhendref, ar ddechrau blwyddyn arall yn ein hanes.

Diolchwn am fendithion y Nadolig, a'i neges o obaith am fywyd newydd i ni 'gyd. Diolchwn am yr eira gofleidiodd Cymru gyfan, a'r hwyl y cafodd ein plant fel canlyniad. Ond dyna braf oedd gweld gwyrddni'r wlad yn ail-ymddangos dros yr wythnos diwethaf. Meddyliwn am fyd natur yn ail-gynnau yn yr misoedd nesaf, wrth i'r Ddaear grwydro'n nes at yr haul ar eich chylchdaith flynyddol. 'Da ni'n edrych ymlaen at weld coesynnau'r blodau'n torri'r tir a'r blagur yn dod i'r coed. A gweld yr <u>w</u>yn yn prancio unwaith eto yn nyffryn Clwyd.

Diolchwn am fendithion bywyd, a sylweddolwn pa mor ffodus i ni yng Nghymru i'w gymharu â llawer yn ein byd. 'Da ni'n diolch am ein hiechyd, am deulu a ffrindiau a chymdogaeth glos, ac am obaith a hapusrwydd bywyd. Meddyliwn am rheini yng Nghymru a thrwy'r byd sy'n byw â gofid, neu anobaith, neu unigrwydd neu afiechyd. Cofiwn am deulu a ffrindiau sy'n sâl heddiw neu yn gaeth i'w haelwydydd. 'Da ni'n gwybod am ddegau o bobl byddai wrth eu bodd yn rhannu oedfa yma ym Mhendref, ac mewn capeli drwy Gymru'r bore hwn, ond yn methu.

Meddyliwn am rheini sy'n dioddef o achos y ddaeargryn yn Haiti. Meddyliwn am rheini sy'n cael eu geni i fyd o rhyfel di-baid fel yn rhannau o Affrica, ac yn gorfod ymdopi â chanlyniadau rhyfel gweddill eu bywydau. Meddyliwn am rheini sy'n byw o dan orthrwm.

Diolchwn am bobl sy'n ddigon galluog a dewr i geisio gwella pethau yn ein byd. Pobl sy'n tynnu'n sylw at anghyfiawnderau o'n cwmpas, a phobl sy'n ceisio datrys anghydfod. Gweddiwn dros rheini sy'n rhoi o'u hamser i wella'n byd, a sylweddolwn fod llawer yn rhoi wythnosau, bynyddoedd a bywydau cyfan, heb yn wybod i ni, i wneud ein byd yn fwy cyfiawn a theg. Diolchwn am rheini sy'n cymwynasu bob dydd, fel nyrsis a meddygon sy'n rhoi gwellhad, a'n hathrawon sy'n addysgu'n plant a'n bobl ifanc.

Gweddiwn dros ein harweinwyr, y cewn nhw'r nerth a'r gallu a'r weledigaeth i wneud penderfyniadau doeth mewn byd lle mae hawliau'r unigolyn fel petaent yn bwysicach na hawliau cymdeithas. Lle mae rhyddid yr unigolyn ambell waith yn caethiwo cymdeithas. Lle mae "fi" yn dechrau trechu "ni". Lle mae cyfalaf yn trechu cymuned, a

materoldeb yn peryglu ysbryd. Da ni'n poeni am ddyfodol ein Daear yn sgil y newid hinsawdd sydd ar droed. Gobeithiwn y bydd ein harweinwyr yn gweld yn ddoeth i gyd-weithio a chyd-aberthu er lles ein planed.

A diolchwn o'r newydd y bore 'ma am ysbrydoliaeth y Testament Newydd, am ganllaw bywyd Iesu o Nasareth a gobaith a chariad neges Paul. Gofynnwn i neges yr Iesu fwydo'n bywydau ni, i buro'n calonnau ni, i gynnal ein fflam a gwneud i'n golau mewnol weni'n llachar a thyner, fel y gallwn ni ysbrydoli eraill, ac eraill ein hysbrydoli ni.

Chwiliwn am nerth i fyw'n addwyn a thrugarog. I fyw â chariad, llawenydd, tangnefedd, goddefgarwch, caredigrwydd, daioni, ffyddlondeb, addfwynder a hunan-ddisgyblaeth. A chwiliwn am y nerth i wneud gwahaniaeth, i fod yn gymwynasgar, i rhoi'r flaenaf yn olaf, a'r olaf yn flaenaf.

Gofynnwn hyn yn enw'r un a'n dysgodd, pan yn gweddio, i ddweud gyda'n gilydd:

GWEDDI'R ARGLWYDD

Ein Tad yn y nefoedd, sancteiddier dy enw, ...

CYHOEDDI A CHASGLU

EMYN (2): Emyn 172 (Am air ein Duw). Tôn 662 (Arizona)

DARLLENIAD: YWinllan

CYFLWYNIAD:

Trafodaeth sy'n codi gartref weithiau, yn enwedig yn ddiweddar,â Katrin wedi dechrau yn y brifysgol a Twm yn ei arddegau, yw "beth yw bywyd da", neu "sut i fyw yn dda" neu "sut i benderfynnu beth i'w wneud" pan fod dewis gyda ni. Neu "beth yw bod yn Gristion heddiw"?

Dwi'n siwr ein bod ni i gyd wedi ceisio ateb y cwestiwn droeon a throeon – mae'n anodd meddwl efallai am gwestiwn mwy sylfaenol. A phan ofynnodd Gwyneth os fyddwn yn fodlon trefnu gwasanaeth y bore 'ma, dyma ddechrau meddwl ar y pwnc unwaith eto: Beth **yw** bod yn Gristion, ac yn arbennig, beth yw bod yn Gristion **da**?

Dwi ddim eisiau fod yn rhy ddwys, yn rhannol o achos mod i ddim yn deall rhyw lawer am hyn i gyd. A pheidiwch da chi â disgwyl atebion! Dwi'n **amau** hefyd fod eisiau cyfiawnhau dewis y fath bwnc am wasanaeth yn y capel, ac yn sicr, efallai, mae gennym ni i gyd achos dros fyfyrio am fod yn Gristion heddiw.

[Gyda llaw, iddechrau ar nodyn cadarnhaol, rwyn cofio darllen erthygl yn New Scientist rhai blynyddoedd yn ôl, ar ffurf canllaw "sut i fod yn hapus". Un o'r sylwadau mwyaf trawiadol i mi oedd fod pobl yn hapusach pan fod ganddynt ffydd ("belief system" oedd terminoleg New Scientist).]

'Da ni'n dod i'r capel ar y Sul. 'Da ni'n eistedd a gwrando, a chanu (rhai yn fwy brwdfrydig na'i gilydd ... heb edrych ar neb yn benodol, wrth gwrs). Gwrando ar y darlleniad, y weddi a'r bregeth yn arbennig. Mae'n siwr i fi fod yr effaith mae'r gwasanaeth yn ei gael arnom yn ddibynnol i raddau helaeth ar ein hwyliau ni'n bersonol ar y diwrnod. Mae'n siwr fod ein meddyliau'n crwydro yn ystod ambell bregeth, ta waeth y pwnc ar drafodir. Daeth Y Parch. John Gwilym Jones atom y llynedd, a sôn â theimlad am symud o'r Gogledd yn ôl i fyw i'r De. Diwedd un cyfnod o'i fywyd a dechrau cyfnod newydd. Gadael un cymdeithas annwyl iddo, ac ail-ymuno â chymdeithas annwyl arall. Torri un cartref a dechrau un newydd. Gorfod trefnu ei drugareddau, dewis beth i'w gadw, beth oedd wir angen, a beth oedd yn rhaid ei adael ar ôl. Gwnaeth y profiad iddo feddwl am ei drugareddau ysbrydol a Christnogol hefyd. Daeth i'r

casgliad mai'r hyn oedd wir angen arno'n Gristnogol oedd: gweddi, oedfa a'r "Iesu yn y canol" (yn ei eiriau e, os dwi'n cofio'n iawn).

Dwi'n cofio iddo ymhelaethu dipyn ar y tri phwynt. A dwi'n cofio i'r bregeth greu argraff arna i. Yn wir, y tri phwynt oedd sail y sgets byr gan bobl ifanc Pendref a Lôn Swan ar ddechrau Cyngerdd yr Undeb llynedd yn Neuadd John Ambrose. Beth hoffem wneud nawr am ychydig funedau i'w taflu golwg eto dros yr agweddau yma. Dwi'n hollol sicr ni allaf wneud yr un cyfiawnder â'r gwaith â Jones Gwilym Jones, gyda llaw, ond hoffen i daflu ambell syniad arall i mewn i'r pair, fel petai.

"Gweddio": Yn gyntaf, gweddio. I fod yn onest, hwn yw'r agwedd mwyaf amlwg i mi ei dderbyn fel y mae. Mae meddwl, neu fyfyrio, neu ystyried yn rhywbeth 'da ni gyd yn gorfod gwneud drwy'r amser. Efallai'r hyn sy'n anoddach i rhai yw creu yr amser i fyfyrio'n ddwysach neu'n ddyfnach. Mae bywyd yn brysur, yn rhy brysur ambell waith, ac mae'r cyfleon i fyfyrio yn brin. Ond mae'r fudd o fyfyrio yn rhywbeth 'da ni 'gyd yn teimlo'n reddfol am wn i. Mae fel pe baech wedi dodi'r byd yn ei le yn feddyliol neu ysbrydol, neu wedi rhannu rhyw faich.

Myfyrio yw sylfaen ein athroniaeth ni, ein hymgais i ddeall y byd o'n cwmpas. Ys dywed Gwenallt am ei gilfach i fyfyrio:

Rhyw ddedwydd lonydd le
Llonydd le ar dyle neu dwyn
Lle caf fodio llawysgifau'r ne'
Dethol gyfrolau'r doethion, mynachdod myfyrdod mwyn.

Ys dywed Descastes, "Meddyliaf, felly rwyf". Daliad yr athronydd Socrates, un o hoelion wyth athronyddwyr y Groegiaid, hwyrach â'i dafod yn ei foch, oedd hyn: "Os dwi'n gwybod un peth, dwi'n gwybod mod i'n gwybod dim". Gyda llaw, roedd Socrates hefyd, yn ôl y sôn, o'r yn gryf o'r farn mae pwrpas bywyd oedd dysgu sut i farw, neu i weld marwolaeth fel cam naturiol – nid rywbeth i'w ofni, ond cam nesef naturiol ym mywyd bob un ohonom.

Ond yr hyn sy'n gwneud gweddio yn wahanol i feddwl yw'r cyd-destun neu canllaw ysbrydol "Yr Iesu yn y canol". Felly, y penbleth i mi parthed gweddio, **yw beth yn union** y mae "Yr Iesu yn y canol" yn ei olygu, a mwy am hynny yn y man.

"Oedfa": Yn ail, "oedfa" neu "cwrdd". Dyma 'chi eiriau braf, cyfle i gymryd hoe, i oedi ac ystyried, ac i gwrdd â phobl sy'n rhannu'r un daliadau ysbrydol â ni. Dwi'n cofio John Gwilym Jones bwysleisio fod adeilad y cwrdd yn amherthnasol fwy neu lai. Does dim angen capel crand, na chapel o gwbl efallai, nac enwad. A dwi'n cofio'r pwyslais yn ei bregeth ar yr hyn mae pob un ohonom yn ei **rhoi i eraill** o ddod i'r oedfa, yn bwysicach efallai na'r hyn yr ydym yn ei dderbyn neu'n ei ddisgwyl.

A rhaid ystyried y ffaith ein bob yn cwrdd â phobl sydd â'r un daliadau crefyddol â ni, sy'n meddwl yn ysbrydol yn debyg i ni. Ydych chi'n cael y teimlad o fynd i gapel Annibynnol arall eich bod ymhlith ffrindiau, yn fwy nag mewn capel o enwad arall? Mae'n rhaid i mi gyfaddef, mai un o'r pethau cyntaf dwi'n wneud, pan yn mynd i ganu 'da'r côr neu'r pedwarad i ryw gapel neu festri, yw holi am yr enwad. Nid fod un enwad yn well na gwaeth nag enwad arall ond yn sicr mae nhw'n wahanol, a rhaid cydnabod a pharchu hynny.

[Gyda llaw, hyd y gwn i, nid yw'r dôn Whitburn y byddwn yn ei chanu i diweddu'r oedfa i'w canfod yng Nghaneuon Ffydd (yn sicr nid o dan y teitl Whitburn). Eto i mi, pan glywaf y geiriau "Os gofyn rhywun beth yw Duw", clywaf ond un tôn, a thôn Whitburn ydi honno. Enghraifft o ddylanwad a chysondeb ein arferion crefyddol, a'r colled 'da ni'n teimlo pan fod yr arferion rheini yn newid.]

Ydych chi'n teimlo'n fwy cartrefol mewn capel Cymraeg na chapel Saesneg? Gartref yng Ngodre'r Graig yng Nghwm Tawe, mae 'na ambell lyfr ar ffurf hunan-gofiant neu "ffrwythau dethol" ar hyd y lle. Digwydd bod i mi ddarllen ychydig o lyfr "ffrwythau dethol" Y Parch Ben Davies yn ddiweddar. Ben Davies oedd gweinidog Pantteg, Ystalyfera, (sef capel y teulu yn y de) am gyfnod helaeth o'r ganrif ddiwethaf, ac awdur sawl emyn yn yr hen Ganiedydd a Chaniedydd yr Ysgol Sul. Ta waeth, mae gan Ben Davies gerdd fach, "Y Gymraes", sy'n egluro pwysicrwydd elfen gymdeithas "oedfa" i mi i'r dim. Sôn mae am Gymraes yn mynd o gartref i Loegr i weini, ac am ymdrechion gweinidog y teulu Seisnig i'w chael i fynd i addoli gyda nhw, nid i gapel Cymraeg.

"Y Gymraes"

Aeth geneth unieithog o Gymru Fach,
I weini i'r ddinas bell,
A chwiliodd a'i chalon am gapel Cymraeg
I wrando'r newyddion gwell.

Roedd ganddi y Sul filltiroedd o daith,
Ond cyson yr âi bob prynhawn,
A phan yn methu, da gwyddai'r nef,
Nad ydoedd y lle yn llawn.

Â'r teulu i'r capel Saesneg hardd
Gerllaw ar gwr y dref,
A gelwai'r gweinidog yn ei dro,
Gwas Duw yn ddi-ai oedd ef.

Un dydd, gofynnodd i'r forwyn fach
Am ddod gyda'r teulu 'nghyd
I'r capel Seasneg –" D'oes dim mewn iaith,
Nid Cymro yw ceidwad y byd."

"Efallai," medd hithau, "nad Cymro oedd ef –
A diolch yn fawr i chi,
Er hynny, bob amser wrth siarad ag Ef,
Cymra'g mae E'n siarad 'da fi."

[Gyda llaw eto, brodor o Gwmllynfell ym mhen uchaf Cwm Tawe (rhyw dair milltir o Bantteg yn Ystalyfera), oedd Ben Davies. Aeth i Goleg y Bala i astudio, ac yn rhyfedd iawn, derbyniodd ei alwad gyntaf ym Mwlchgwyn (ar y ffordd i Wrecsam). I mi'n bersonol, cysylltiad nid amhwys ac enghraifft arall o'r fath gysylltiad sy'n tynnu bobl at ei gilydd o fewn yr un enwad, efallai?]

"Yr Iesu yn y canol": Yr agwedd olaf i'w trafod yw "Yr Iesu yn y canol". Hwn siwr o fod yw'r agwedd mwyaf dyrys ac anodd i ymdopi ag ef. Beth yn union mae "Yr Iesu yn y canol", neu "Neges yr Iesu" yn ei feddwl? O lle mae'r neges yn dod? Beth yw'r neges? Ar yr olwg gyntaf, cawn y neges o'r Beibl, Gair Duw.

Dyma Feibil annwyl Iesu, Dyma rodd deheulaw Duw,
Dengys hwn y ffordd i'r farw, Dengys hwn y ffordd i fyw.
Dengys hwn y golled erchyll gafwyd draw yn Eden drist,
Dengys hwn y ffordd i'r bywyd drwy adnabod Iesu Grist.

[Gyda llaw, pan dwi'n darllen y geiriau yma, tôn Converse sy'n dod i'r meddwl bob tro, tôn oedd yn absennol o'r Hen Ganiedydd, ond sydd gennym yng Nghaneuon Ffydd! Felly mae "datblygu" yn gallu meddwl "gwella" hefyd, ambell waith o leiaf!]

Dwi'n siwr fod rhai ohonom yn ei chael yn anodd i gymryd y Beibl **air am air**. Mae'n anodd derbyn dehongliadau llythrennol yn y Beibl. Efalliai eich bod yn tueddu dehongli'r llawer o'r hyn i chi'n gyfarwydd â fe yn y Beibl fel parablau neu diarhebion – yn sicr, dyna dwi yn ei wneud. Ond llwybr lluthrig yw hon, mae 'na beryg – faint o barabl a faint o wirionedd "gair am air" sydd yn yr Efengylau, er enghraifft? Faint o wirionedd "gair am air" a faint o barabl yw stori'r geni, neu storiau iachau, neu hyd yn oed croeshoeliad ac atgyfodiad. Mae rhai bobl yn dweud na allwch chi fod yn Gristion o gwbl os na chredwch yn yr atgyfodiad. Ond beth mae "**credu mewn atgyfodiad**" yn meddwl yn union? Credu fod dyn o gnawd a gwaed wedi marw a wedi dod yn ôl yn fyw, neu credu fod yna "atgyfodiad" ysbrydol i'w gael i ni 'gyd, **ond inni ei geisio**. Lle felly mae'r tir canol?

Mae 'na ddigon o sôn yn yr hen destanment fod Duw yn cosbi ac hyd yn oed yn fodlon cymryd bywyd ambell waith. Fod Duw yn fodlon boddi'r byd, yn mynnu aberthau a lladd plant cyntaf anedig. Ond fel mae sawl un wedi dweud, "nid fy Nuw i yw hwn!".

Mae'r hyn dwi wedi darllen a deall o lythyron Paul yn gwneud llawer o synwyr i mi'n bersonol. Ond honiad y deallusion yw nad yw Paul yn cyfeirio (rhyw lawer) at fanylion bywyd yr Iesu ar y ddaear. Felly, efallai mai ysbrydoliaeth bywyd a neges yr Iesu sy'n bwysicach na dim, yn hytrach na manylion ei fywyd?

Mae rhai o'r negeseuon a'r canllawiau y cawn o'r testament newydd yn anodd i'w derbyn. Er enghraifft, ydi hi'n wirioneddol rhesymol inni heddiw rhoi ein holl feddianau i eraill, os am fod yn Gristion da? Beth am ein cyfrifoldeb dros ein teulu ni ein hunain?

Mae'r gwyddonydd a'r sgeptig ynof yn meddwl mae'r gwaethaf am grefydd, a moeseg, yw'r bobl sy'n cyflyru a manipiwleiddio syniadau i'w dibenion eu hun. Mae Cristnogaeth fel canllaw, fel ffydd, yn **ddelfrydol**. Yn rhywbeth i ni geisio'i gyrraedd, yn rywbeth sy'n **wirioneddol** werth ymdrechu amdano. Mae lle i honi fod sistem gymdeithasol fel comiwnyddiaeth yn ddelfrydol hefyd. Ond bobl sy'n troi'r syniadau i'w dibenion eu hun. Pa Gristion fydde'n cymryd bywyd dyn arall, neu'n mynd â'i wlad i ryfel heb fynd i eithafoedd i osgoi hyn? Pa fath Gristion sy'n cadw'n dawel pan fod anghyfiawnder yn ei gymdeithas ef ei hun? Pa fath Gristion sy'n fodlon â bonysis gwerth miliynnau ar filiynnau o bunnoedd i bobl ym myd bancio pan fod miliynnau yn byw â newid bob dydd, ac yn marw? Pa fath Gristion sy'n **dweud** dim pan fod hyn yn digwydd? Pa fath o Gristion sy'n **gwneud** dim yn wyneb hyn?

Ydyw'n hi'n wirioneddol bosib mai Cristionogaeth yw'r **unig** ffordd? Paham na all fod yn Iddew da, neu Sikh da, neu Fwslem da fod gystal â bod yn Gristion? Neu fod heb gred o gwbl, ond yn byw bywyd moesol? Mae gen i ffrind da sy'n Gatholig, un arall yn Sikh, un arall yn Fwslem, un arall yn Hindw. Mae'r bobl yma yn byw yn dda hyd y gwela i. Mae nhw'n dilyn canllawiau gwahanol i mi, ond mae 'na gysondeb amlwg rhyngddom o rhan ein moesau a goblygiadau ymarferol ein daliadau crefyddol.

Dwi'n siwr eich bod wedi gweld y rhaglen "QI" â Stephen Fry ar y teledu. Rhaglen ddiddorol gan amlaf. Prynodd Katrin ni lyfr i fi'r Nadolig hwn, â'r teitl "QI Book of the dead", a llyfr tebyg o'r enw "The book of 100 dead philosophers". Mae 'na hanesion difyr am farwolaethau sawl athronydd, ac ambell dudalen yn sôn am Karl Marx, tad comiwnyddiaeth. Ar garreg-fedd Karl Marx ym mynwent Highgate yng ngogledd Llundain mae'r geiriau: "The philosophers have only interpreted the world in various ways. The point however is to change it". Hynny yw, does dim ots pa faint o athronyddu mae dyn yn ei wneud, pa faint o siarad, yr hyn sy'n bwysig yw ein gweithredoedd, "gwneud y dweud". Mae hon yn neges naturiol Gristnogol, hyd y gwela i. Gweithredoedd sy'n bwysig.

Mae'r **Crynwyr** yn sôn am "olau mewnol" fel ffordd o fynegi rhyw gyfuniad o'u cydwybod, ei ffydd a'u credo. Yn ôl y Crynwyr, mae gan pob unigolyn ei syniad ei hun o'r hyn yn union **yw'r** golau mewnol, ond yn aml mae'n cyfeirio at **bresenoldeb Duw**, neu ysbryd Duw, yn yr unigolyn. Mae'r golau mewnol yn mynegu'r ffaith fod Duw ynom ni i gyd. Mae'r Crynwyr yn credu na **ddylsem or-ddibynnu ar unrhywbeth tu-hwnt i'n profiadau personol** i'n harwain yn ein bywydau. Yn hytrach, y Golau Mewnol dilyd arwain bob un ohonom. Drwy fynychu'r oedfa a thrafod, rydym yn sicrhau ein bod yn cydgordio a chyd-dynnu yn ein ffydd. Y golau mewnol yw ein batris ysbrydol, sy'n goleuo'r ffordd i ni drwy bywyd. Caiff y batris eu hatgyfnerthu gan weddi, oedfa, ein ffydd, ein cariad a'n gweithredoedd. **Efaillai dyma beth yw ystyr "Yr Iesu yn y canol" i mi.**

DARLLENIAD: Ffrwyth yr Ysbryd Glan: GALATIAID 5: 22-26, 6: 1-10

Wrth ddiweddu, mae sawl un wedi rhagweld byd y dyfodol a bodolaeth rhyw **oracl**, rhyw declyn bach, fynhonnell holl wybodaeth, ar gael i bawb, yn ateb pob cwestiwn a datrys pob cyfyng-gyngor. Efallai mae'r rhyngrhwyd neu'r Internet yw'r agosaf mae'n byd cyfrifiadurol wedi cyrraedd at oracl hyd yn hyn. Teclyn hwylus a hynod gyfleus, does dim dwywaith, ond ffynhonell digon gwan a gwallus hefyd ar adegau. Yn fy nghyfyng-gyngor ynglyn â bod yn Gristion, felly, teipiais i "how to be a good Christian" i fewn i chwiliadur Google, ac yn syth ymddangosodd tudalen ar ôl tudalen ar ôl tudalen o ddolennau (neu gyfeiriadau) gwefannau dros y byd i gyd yn llawn cyngor ar y pwnc.

Ac yn anhygoel braidd, dyma gyngor y ddolen gyntaf un imi ei dilyn, sy'n crynhoi'r gwasanaeth yn daclus iawn. Felly dyma hi, sut i fod yn Gristion da "à la Google" fel petai:

- Dilynwch neges pwysicaf yr Iesu: Carwch Dduw, carwch eich cyd-ddyn hyd yn oed pan nad yw yn ymddwyn yn iawn tuagatoch. Mae bob un yn gyfartal yng ngolwg Duw
- Cydnabyddwch eich ffaeleddau, ceisiwch faddeuant. Dyfal-barhewch.
- Darllenwch eich Beibl
- Gwnewch amser i fyfyrio a gweddio, ac anogwch eraill i wneud yr un fath.
- Ceisiwch weld y byd drwy lygaid eraill, hyd yn oed os ydych yn anghydweld â nhw.
- Byddwch amyneddgar, yn enwedig â phobl sy'n eich cythruddo. Maddeuwch i'r rheini sy'n achosi niwed i chi.
- Byddwch gymwynasgas hyd eithaf eich gallu. Defnyddiwch eich talentau er budd eraill.
- Byddwch i eraill, fel yr hoffech iddynt fod i chi
- Byddwch gymhedrol ac addfwyn, gan osgoi balchder
- Rhannwch eich daliadau Cristnogol ag eraill â gras, â thynerwch a pharch. Byddwch ddewr yn eich daliadau Cristnogol, ond heb feirniadu daliadau eriall.
- Ceisiwch gwmni eraill o'r un daliadau â chi. O ddod i'r cwrdd, a chymryd rhan, mae dyn yn rhoi yn ogystal â derbyn.
- Adferwch eich hun yn gyson, anghofiwch arferion drwg. Mae cyfle newydd bob dydd i wneud hyn o'r newydd. Nid i ymffrostio, ond i wella'n dawel.
- Cofiwch mae calon eich ffydd yw cariad. Cariad go iawn – nid "ticio'r bocsys er mwyn cael eich gweld yn berson da" – ond ceisio'n wirioneddol i ddilyn a gweithredu neges yr Iesu bob dydd o'ch bywyd.

Er mwyn Ei Enw, Amen.

EMYN (3): Emyn 171 (Os gofyn rhywun beth yw Duw). Tôn 72 o'r hen Ganiedydd (Whitburn)

Y FENDITH

Yn ddefod, yn weddi ddwyfol – a iâs
Cael Iesu'n y canol,
Rho oslef y nef yn ôl
I'm mynwes, Olau Mewnol.

Bydded i ras Ein Harglwydd Iesu Grist, a chariad Duw, a chymdeithas yr Ysbryd Glân aros gyda ni oll, Amen.