

Gwasanaeth Sul Adferiad Cymru

27 Hydref 2024

Ysgrifennwyd gan **Rhys Powys**

LLAIS 1

“Gyfeillion. Mae’r Eglwys am i mi gyhoeddi na fydd Oedfa Sul Adferiad 2024 yn cael ei chynnal heddiw yn ôl y disgwyl. Yn dilyn trafodaethau a gafwyd, yn dilyn y broses o lunio’r oedfa, daethpwyd i’r canlyniad y bydd yn rhaid atal y gwasanaeth eleni. Yn ogystal, ni fydd yr oedfa yn cael ei rhannu gyda chapeli ac eglwysi ledled Cymru. Bydd yr Eglwys yn adolygu prosesau a gweithdrefnau eu hoedfaon yn sgil y penderfyniad hwn. Fe fydd yr oedfa nesaf yn cael ei chynnal yma ymhen yr wythnos. Diolch yn fawr iawn.”

(Tawelwch)

LLAIS 2

A dyna ni, ife?

LLAIS 1

Ymmmm... ie. Pretty much.

LLAIS 2

Dim byd arall? Dim esboniad? Dim eglurhad pellach?

LLAIS 1

Na. Wel, ddim am y tro. Dwi’n siwr bydd mwy o wybodaeth yn dod i’r amlwg nes ‘mlaen ar ôl “adolygu’r prosesau a’r gweithdrefnau” ac yn y blaen. Ar ôl i’r llwch setlo, fel petai.

LLAIS 2

Wela i. A sut wyt ti’n teimlo am hyn?

LLAIS 1

Rhyddhad, a dweud y gwir. Ti’n gweld, o’n i wedi bod yn poeni... poeni, pwy ydw i i fynd ati i lunio gwasanaeth ar thema “adferiad”. Dwi erioed wedi gwneud o’r blaen. Pa hawl sydd gen i i ddweud unrhywbeth am “gaethiwed” neu “ddibyniaeth”? Pa hawl sydd gan unrhyw un i roi eu hunain yn sgidiau rhywun arall? I wneud datganiadau am rywbeth nad ydyn nhw wedi’i brofi yn uniongyrchol; nad ydyn nhw wedi cael profiad personol ohono?

LLAIS 2

Wela i. (Saib)

LLAIS 1

Mae’n gwestiwn diddorol, ti’n gweld. Hawl awduron, sgwenwyr, dramodwyr a phobol greadigol i greu cymeriadau a rhoi geiriau yn eu cegau. Siarad ar

ran pobol eraill; rhoi eu hunain mewn sefyllfaoedd eraill - sefyllfaoedd nad oes ganddyn nhw brofiad personol ohonyn nhw, efallai.

LLAIS 2

Reit

LLAIS 1

Cofia, mae sgwenwyr wedi bod yn gwneud hyn ers cenedlaethau. Adrodd eu storis eu hunain ac wedyn defnyddio'u creadigrwydd a'u dychymyg i ddweud storis am bobol eraill... ond, falle fod yr oes yn newid. Mae pobol eisiau siarad drostyn nhw eu hunain erbyn hyn ac yn llai parod i dderbyn pobol eraill yn siarad ar eu rhan nhw. Yn rhoi geiriau yn eu cegau nhw, fel petai. Er gwell, neu er gwaeth, dyna fel mae hi ar hyn o bryd.

LLAIS 2

Ok. Beth wnawn ni te? Mynd adre'?

LLAIS 1

Ym... Na. Gwrandda ar hwn...

“UNDER THE BRIDGE” - RED HOT CHILLI PEPPERS - (4'28”)

LLAIS 1

“Dwi'n teimlo, weithiau, nad oes gen i r'un partner.
Dwi'n teimlo, weithiau, mai fy unig ffrind
Yw'r ddinas lle dwi'n trigo, dinas angylion,
Yn unig fel finnau - fe wylwn fel un.

Tramwyaf ei strydoedd, a hi wrth fy ochor,
Fe gerddaf ei llwybrau, mae hi'n fy nabod i,
Ac mae hi'n gweld fy llwyddiannau, fy nghusanu â'i hawelon,
Dydw i byth yn poeni - ond dyw hyn ddim yn wir.

A dydw i ddim eisiau teimlo eto fel y gwnes i bryd hynny.
Cluda fi i'r lle dwi'n ei garu, dwyn fi yr holl ffordd.
Alla i ddim credu fod neb arall yno,
Alla i ddim credu mod i ar fy mhen fy hun.
Dwi'n derbyn ei chariad, y ddinas sy'n fy ngharu,
Yn unig fel finnau, fe wylwn fel un.

Dan y bont ger y bae
Fe dynnes i waed,
Dan y bont ger y bae
Doedd dim digon i'w gael.
Dan y bont ger y bae
Aeth cariad yn angof,
Dan y bont ger y bae
Fe droes fy ngefn ar fy myd."

LLAIS 1

Daw'r darlleniad y bore 'ma o "Scar Tissue", hunangofiant Anthony Kiedis, canwr y "Red Hot Chili Peppers". Yma mae'n disgrifio ei brofiad o fod mewn canolfan rehab yn California am y tro cyntaf..

"O bryd i'w gilydd byddai gwahanol bobol sobor yn dod i ymweld â fi. Doeddwn i ddim yn nabod yr un ohonyn nhw, ond fe fyddwn i'n eistedd lawr a siarad gyda nhw - ac yn hynny o beth fe weles i hud adferiad ar waith. Fydd neb fyth yn wirioneddol ddeall dy sefyllfa yn well na pherson arall sy'n gaeth. Byddai dieithryn yn dod i siarad gyda fi ac o fewn dim, heb i fi sylweddoli bron, byddai'r broses o adfer yn dechre digwydd, p'un ai o'n i eisiau hynny ai peidio...

Ches i ddim o un moment o ddatguddiad llachar, roedd hon yn fwy o broses addysgiadol. Y mwyaf yr o'n i'n ei ddysgu am natur caethiwed, yna'r mwyaf parod o'n i i edrych ar fy ymddygiad a fy hanes fy hunan. A'r mwyaf o'n i'n gallu helpu'r bobol eraill oedd yno gyda fi yna'r mwyaf oedd y cyfan yn gwneud sens.... Fe ddes i sylweddoli mai nid hwn oedd y carchar yr oeddwn i eisiau treulio fy mywyd ynddo."

LLAIS 2

Difyr. A dyna dy brofiad di o adferiad? Darllen hunangofiannau 'rock-stars'?

LLAIS 1

Wel, hyd y gwela i, ma Anthony Kiedis yn sgwennu yn onest, o brofiad personol, ac mae e wedi cael mwy o brofiad yn y maes na fi. Profiad personol o ddelio gyda dibyniaeth, delio gyda themtasiwn. Mae'n ei ddisgrifio fel brwydr barhaol, gydol oes, gyda gorila mawr pwerus...

LLAIS 3

(DARLLENIAD - MATTHEW 4: 1-14)

Yn syth wedyn dyma'r Ysbryd yn arwain Iesu allan i'r anialwch i gael ei demtio gan y diafol. 2 Ar ôl bwyta dim byd am bedwar deg diwrnod, roedd yn llwgu. 3 Dyna pryd y daeth y diafol i'w demtio. "Os mai Mab Duw wyt ti, gwna i'r cerrig yma droi'n fara," meddai.

4 "Na!", atebodd Iesu, "Mae'r ysgrifau sanctaidd yn dweud mai 'Nid bwyd ydy'r unig beth mae pobl ei angen i fyw, ond popeth mae Duw yn ei ddweud.'"

5 Wedyn dyma'r diafol yn mynd â Iesu i'r ddinas sanctaidd (hynny ydy Jerwsalem) a gwneud iddo sefyll ar y tŵr uchaf un yn y deml. 6 "Os mai Mab Duw wyt ti," meddai, "neidia i lawr o'r fan yma. Mae'r ysgrifau sanctaidd yn dweud:

'Bydd Duw yn gorchymyn i'w angylion
dy ddal yn eu breichiau,
fel na fyddi'n taro dy droed ar garreg.'"

7 Atebodd Iesu, "Mae'r ysgrifau sanctaidd yn dweud hefyd: 'Paid rhoi'r Arglwydd dy Dduw ar brawf.'

8 Yna dyma'r diafol yn mynd ag e i ben mynydd uchel iawn, a dangos holl wledydd y byd a'u cyfoeth iddo. 9 A dwedodd y diafol wrtho, "Cei di'r cwbl gen i os gwnei di blygu i lawr i fy addoli i."

10 Ond dyma Iesu'n dweud, "Dos i ffwrdd Satan! Mae'r ysgrifau sanctaidd yn dweud: 'Addola'r Arglwydd dy Dduw, a'i wasanaethu e'n unig.'"

EMYN 262

Mewn anialwch 'rwyf yn trigo,
temtasiynau ar bob llaw,
heddiw, tanllyd saethau yma,
'fory, tanllyd saethau draw;
minnau'n gorfod aros yno
yn y canol, rhwng y tân;
tyrd, fy Nuw, a gwêl f'amgylchiad,
yn dy allu tyrd ymlaen.

Marchog, Iesu, yn llwyddiannus,

gwisg dy gleddau 'ngwasg dy glun;
ni all daear dy wrth'nebu
chwaith nac uffern fawr ei hun:
mae dy enw mor ardderchog,
pob rhyw elyn gilia draw,
mae dy arswyd drwy'r greadigaeth,
tyrd am hynny maes o law.

Tyn fy enaid o'i gaethiwed,
gwawried bellach fore ddydd,
rhwylga'n chwilfriw ddorau Babel,
tynn y barrau heyrn yn rhydd;
gwthied caethion yn finteioedd
allan, megis tonnau llif,
torf a thorf, dan orfoleddu,
heb na ddiwedd fyth na rhif.

(William Williams)

LLAIS 2

Ha ha! Darlleniad o Efengyl Matthew ac emyn gan William Williams. Old school braidd!

LLAIS 1

Wel, mae'n rhaid trio cadw'r ddesgl yn wastad.

LLAIS 2

Wrth gwrs. Mae hynny'n bwysig. Beth nesa'? Gweddi?

LLAIS 1

Wel, mae hynny'n fwy o broblem i fi. Unwaith eto dwi'n ffeindio fy hun yn gofyn, "Pwy ydw i i arwain meddylie pobol"? Mae gweddi yn weithred mor bersonol, dwi ddim yn teimlo'n deilwng, nac yn abl nac yn gyfforddus yn agrwmu sut y dylai pobol gyfathrebu trwy weddi.

LLAIS 2

Nôl i'r "profiad personol"?

LLAIS 1

Ie. Fe fydden i'n cynnig tawelwch am funud neu ddau, i bawb gael cau eu llygaid a chyfathrebu â'u Duw eu hunain yn eu ffordd eu hunain... ond fydde rhai pobol ddim yn gyfforddus â hynny,

felly fe wnes i beth fyddai unrhyw un mewn cyfyng-gyngor yn ei wneud y dyddie hyn...
gofyn am help...

“Gweddiwn.

Yn y foment hon o fregusrwydd, chwilio wyf am dy nerth a’th arweiniad. Gofynnaf am dy bresenoldeb iachus i’m hamgylchynu, gan adfer fy ysbryd a renouveli fy ngobaith. Rhodd i mi’r dewrder i wynebu pob diwrnod gyda gras a dygnwch.

Helpa fi i gollwng y baich sy’n gorwedd ar fy ngheg, a chroesawu’r siwrnai adferiad gyda chalon agored. Amgylchyna fi gyda chefnogaeth, cariad, a dealltwriaeth, a drydia i mi’r adnoddau sydd eu hangen arnaf i wella....”

LLAIS 2 (YN TORRI AR DRAWS)

Hang on! Ble gest ti’r geiriau yna?

LLAIS 1

ChatGPT. Nes i ofyn am weddi ar thema adferiad, yn Gymraeg, ac o fewn eiliadau... bang!

LLAIS 2

A.I? Felly does ‘na’r un enaid byw wedi rhoi unrhyw feddwl nac ystyr i’r geiriau hynny.

LLAIS 1

Ym... na. Ydy’r weddi ei hun, felly, yn ddi-ystyr?

LLAIS 2

Wel ti yw’r un sy’n pwysleisio pwysigrwydd y ‘profiad personol’ o hyd.

LLAIS 1

Ie, ti’n iawn. Digon teg. Felly, dyma gynnig arall arni...

LLAIS 3

Gweddiwn.

Arglwydd yr hollfyd a Duw pob daioni,
plygwn ger dy fron yn ymbil am arweiniad
wrth i ni ddathlu y Sul Adferiad arbennig hwn eleni.

Rwyt yn ffynhonnell cariad a thrugaredd,
a synhwyrrwn ninnau drasiedi'r ddynoliaeth o'r newydd.

Gweddiwn dros wladwriaethau'r byd y Sul hwn,
gan gofio bod gwleidyddiaeth wedi chwarae ei ran
rhwng swyddogion Iddewiaeth a rheidrwydd Peilat
a'r Ymerodraeth Rhufeinig i gadw trefn
gyda'u dyrnau haearn.

Tystiwn i gyflafan rhyfeloedd yn yr Wcrain a'r Dwyrain Canol yn benodol,
ond gwyddom bod dinasyddion sawl gwlad
yn chwysu mewn ofn o wybod bod tensiwn rhyfel yn eu mysg.
Gweddiwn am heddwch a chymod yn y byd.
Duw'r heddwch, dyro dangnefedd.

Cofiwn am Iesu'r groes fel un a welodd gri yr anghenus yn y byd,
yr unig a'r llesg, y cloff a'r digartref, y cleifion a'r truenus.
Yn eu plith heddiw,
gweddiwn dros y sawl sy'n gaeth i sylweddau
ac arferion dinistriol o bob math.
Boed iddynt ymestyn atat a phrofi grym dy gariad
a'r gobaith o fywyd newydd sydd yn Iesu.

Gweddiwn dros bobloedd daear,
nad ydynt yn ymwybodol o wyrth y Pasg -
y wawr sydd yn Iesu'r atgyfodiad
y trugaredd sydd yn ei gyffyrddiad
a'r bywyd newydd sydd yn ei fendith.
Ysbryd yr argyhoeddi, clyw ein gweddi dros genhadaeth yr Eglwys.
Trugarha Arglwydd arnom fel unigolion,
a dyro i ni ddyfnhau ein ffydd ac yn daerach ein tystiolaeth i ti.
Amen.

LLAIS 2

Beth nesaf? Yr efengyl yn ôl Dave Grohl?

LLAIS 1

Nage. Dwi wedi bod yn gwrando tipyn ar "Wild God", albwm newydd "Nick Cave and the Bad Seeds" yn ddiweddar. Un o Awstralia yw Nick Cave yn wreiddiol ac fe fu'n gaeth i heroin am dros dau ddegawd. Ond mae e wedi goroesi, wedi adfer, ac er gwaethaf sawl trasiedi bersonol mae'n dal i sgwennu caneuon dwys, meddylgar yn seiliedig ar ei brofiadau personol. Ac mae'r caneuon hynny'n llawn gobaith, yn llawn "llawenydd".

LLAIS 2

Llawenydd?

LLAIS 1

Ie - “llawenydd”, “gorfoledd” - “joy”! Beth yw’r gair Cymraeg gorau sy’n diffinio “joy”?

LLAIS 2

Yn ôl Google Translate - “Cynrhawedd”? “Elwch”? “Gorhoenedd”?

LLAIS 1

Ta waeth, yn ogystal â chyfansoddi a pherfformio cerddoriaeth mae Nick Cave yn gyfrifol am wefan o’r enw “The Red Hand Files” lle mae e’n ateb cwestiynau yn uniongyrchol gan ei ddilynwyr; cwestiynau am golled, a themtasiwn, a dibyniaeth, yn seiliedig ar ei brofiadau ei hunan. Mae e wedi derbyn dros gan mil o gwestiynau hyd yn hyn ac mae’n dewis rhai i’w hateb gyda gonestrwydd, di-dwylledd a diffuantrwydd - gwerthoedd prin ar y cyfryngau cymdeithasol hyd y gwela i.

Er enghraifft, gwrandda ar hwn:

“Mae ‘na gwplod o waith Leonard Cohen, yn ei gân “Anthem” sy’n dweud hyn -

“There is a crack, a crack in everything,
That’s how the light gets in.”

Mae’n geiriau yma wastad wedi fy nharo i fel ychydig o ‘gyffredineb’, ychydig yn goeglyd, ond mae fy nhaith hir drwy’r tywyllwch wedi fy helpu i ddeall natur radical a chynhyrfus y geiriau - fod Duw i’w ddarganfod ar ei fwyaf angerddol, yn ei absenoldeb.

Fe ysgwydodd hyn fi i’r byw, fod ystyr bywyd - ei orfoledd, ei brydferthwch diddiwedd, yn deillio o’n colledion mwyaf dirdynol. Fe ddysges i mai mileindra bywyd sy’n galluogi cariad i ymgartrefu, ac i orfoledd a phrydferthwch amlygu eu hunain yn nauriol. Fe ddes i ddeall, er mai cariad yw’r pŵer mwyaf adfywiol sydd ar waith yn y byd, fod gorfoledd yn datgelu’i hun fwyaf trwy ein tor-calon.”

LLAIS 2

Geiriau Nick Cave.

LLAIS 1

Ie. A dyna sut dwi am gloi'r Oedfa Adferiad yma, trwy wrando ar "Joy" gan Nick Cave.

("Joy" - Nick Cave and the Bad Seeds", o'r albwm "Wild God" - (6' 14") yn chwarae...)

(Dros agoriad y gerddoriaeth clywir...)

LLAIS 1

Mewn cyfweliad diweddar yn y Big Issue mae Nick Cave yn dweud...

"We've all had too much sorrow,
Now is the time for joy"

"No one's able to be joyfull all the time. Joy is a sort of euphoric spasm, like a frog jumping into the air. Happiness is a different emotion altogether. Joy is dependent on our suffering. Otherwise we're not jumping from anything."

(Tua 5 munud mewn i'r gân clywir...)

LLAIS 2

Wyt ti'n meddwl fod yr oedfa wedi cyfawni rhywbeth? Yn fwy na llenwi twll yng nghalendr yr eglwys?

LLAIS 1

Dwi'm yn gw'bod. Dwi wir ddim yn gw'bod. A fydd neb yn ymateb - does neb byth yn gwneud.

Dwi'n gobeithio bod rhywun, rhywle wedi clywed rhywbeth sydd wedi'u diddori, wedi'u cyffwrdd falle, wedi taro tant gyda nhw - fod 'na un person wedi cael rhyw fudd o wrando...

Fel arall, byddai waeth i ni fod wedi mynd adre' ddim...

(Mae'r gân yn gorffen a'r gwasanaeth yn dod i ben.)

Os ydych angen help, ffoniwch **07796 464 045** neu
ebostiwch **wynfordellisowen@adferiad.org**

