

CYFARCHION BLWYDDYN NEWYDD

Llefarydd:

Blwyddyn newydd dda i chi i gyd, neu yn ôl Ioan yn ei Drydydd Llythyr yn y Testament Newydd, '*Gyfaill annwyl, yr wyf yn dymuno iechyd iti, a llwyddiant ym mhob peth, fel y mae dy enaid yn llwyddo.*' Thema'r gwasanaeth hwn yw cyfarchion Cristnogol, a'r modd yr ydym yn dymuno'n dda i'n gilydd.

Gweddiwn:

Diolchwn i ti, ein Tad, am roi i ni flwyddyn newydd. Ti yw ffynhonnell ein bywyd, ac ynot ti yr ydym yn byw, yn symud ac yn bod. Diolchwn am oedfa a chyfle newydd i fwynhau cymdeithas â'n gilydd, a chyda'n gilydd i adnewyddu'n perthynas â thi yn enw Iesu Grist.

Cadw ni rhag anghofio anghenion ein cyd-ddynion wrth inni dy addoli, a gwêl yn dda i'n derbyn fel ag yr ydym. Er mwyn ein Gwaredwr Iesu Grist. Amen.

Emyn: 70 – *O Dduw a Llywydd oesau'r llawr*

Darlleniad: `Salm 67
Trydydd Llythyr Ioan 1

Gweddi'r Arglwydd:

Emyn: 817 – *Gwrandod di, O Dduw'r cenhedloedd*

Llefarydd:

Mae llythyrau'r Testament Newydd yn rhoi arweiniad diogel sut i gyfarch ac i ddymuno'n dda i'n gilydd. Mae'r Apostol Paul, er enghraifft, yn dechrau ei lythyrau, bron yn ddieithriad, gyda chyfarchion cynnes a dymuniadau da Efengyl Iesu Grist i bobl ei ofal, fel y gwelwn yn ei agoriad i'w lythyr at Timotheus, '*Bydded gras a thrugaredd a thangnefedd i ti oddi wrth Dduw ein Tad, a Christ Iesu ein Harglwydd.*'

Mae'n cyfarchion ni heddiw, yn llafar ac yn ysgrifenedig, o'u cymharu, yn seciwlwr iawn ac yn brin o sylwedd Cristnogol. Gan amlaf, yr hyn a roddwn ar ddechrau llythyr at berthynas neu ffrind yw 'Sut hwyl?', 'Diolch am dy lythyr ...', 'Nodyn byr i ddweud ...' neu rywbeth tebyg, ac ar ddiwedd llythyr rhown 'Cofion cynnes', 'Cymer ofal', 'Hwyl fawr', 'Yn gywir', ac yn y blaen. Mae'n wir ein bod yn dangos consŷrn a gofal am ein gilydd wrth ddefnyddio cyfarchion a dymuniadau o'r fath, ond yn wahanol i ni, roedd Cristnogion yr Eglwys Fore yn defnyddio cyfarchion mwy Cristnogol eu naws o lawer. Gadewch inni wrando ar rai ohonynt:

'Tangnefedd i chwi oll sydd yng Nghrist Iesu!'

'A bydded i Dduw, ffynhonnell gobaith, eich llenwi â phob llawenydd a thangnefedd wrth ichwi arfer eich ffydd, nes eich bod, trwy nerth yr Ysbryd Glân, yn gorlifo â gobaith.'

'A bydded i'n Harglwydd Iesu Grist ei hun, a Duw ein Tad, yr hwn sydd wedi ein caru ac wedi rhoi i ni ddiddanwch bythol a gobaith da trwy ras, ddiddanu eich calonau a'ch cadarnhau ym mhob gweithred a gair da.'

'A bydded i Dduw'r tangnefedd ei hun eich sancteiddio chwi yn gyfan gwbl, a chadw eich ysbryd a'ch enaid a'ch corff yn gwbl iach a di-fai hyd ddyfodiad ein Harglwydd Iesu Grist!'

Llefarydd:

Heddiw fe seiliwn ein myfyrdod ar gyfarchion loan yn ei Lythyr at Gaius yr henuriad, 'Gyfaill annwyl, yr wyf yn dymuno iechyd i ti, a llwyddiant ym mhob peth, fel y mae dy enaid yn llwyddo.' Yr hyn a wnawn yw aros gyda phob cymal yn ei dro.

Dechreuwn gyda'r cyfarchiad, 'Gyfaill annwyl ...' Mae'r cyfarchiad hwn yn fwy cynnes nag 'Annwyl gyfaill'. Gall llythyr sy'n dechrau gyda'r cyfarchiad 'Annwyl gyfaill' fod yn ffurfiol iawn, a hyd yn oed yn oeraidd ei neges, ond nid felly lythyr sy'n dechrau gyda'r

cyfarchiad, ‘*Gyfaill annwyl*’. Yn hytrach, mae’n llawer mwy anffurfiol a chynnes ei naws.

Y mae i’r cyfarchiad ‘*Gyfaill annwyl*’ hefyd ei dinc Cristnogol oherwydd dyma oedd pwyslais Iesu Grist yn ei berthynas â’i ddisgyblion. Dywedodd wrthynt, ‘*Chwi yw fy nghyfeillion*’, a gorchmynnodd hwy i garu ei gilydd. Mae cyfeillgarwch a pherthynas gariadus â’n gilydd yn annatod yn ein golwg fel Cristnogion a dylem gofio hynny bob amser.

‘*Gyfaill annwyl, yr wyf yn dymuno iechyd i ti.*’ Fe allwn ddymuno llawer o bethau ardderchog i’n gilydd, ond yn sicr, mae dymuno iechyd yn un o’r dymuniadau gorau y gallwn eu gwneud, ac mae’r sawl sy wedi colli ei iechyd yn gwybod hynny yn iawn. Ie:

*‘Baich ar ben beichiau byd
Yw baich dyn heb iechyd.’*

Mae iechyd yn rhoi cyfle inni fwynhau bywyd, ac yn rhoi inni nerth i gyflawni ein gorchwylion beunyddiol. Iechyd yw un o fendithion pennaf bywyd, a chyda’r Salmydd y dywedwn, ‘*Deuwch, canwn i’r Arglwydd, ac ymlawenhawn yn nerth ein hiechyd.*’

Mae ’na stori am ddyn busnes prysur yn cael ei daro’n wael, ac, ar unwaith, fe alwyd y meddyg ato. Ar ôl ei archwilio’n ofalus, gorchmynnodd y meddyg i’r claf orffwyso am bythefnos, ac yna meddai wrtho, ‘*Rydych wedi gorweithio ac wedi gorfwyta. O hyn allan, fe fydd angen dau feddyg arnoch chi, sef Dr Quiet, a Dr Diet!*’

Dyna ichi ddau gyngor ardderchog. Yng nghanol rhuthr a phwysau gwaith, mae cymryd amser i orffwyso ac ymlacio yn ein cadw rhag peryglon straen emosiynol a nerfol bywyd. Onid yw hyn yn un o fendithion y Sul ar ôl prysurdeb yr wythnos? Mae’n ddiwrnod i ymlacio yng nghwmni’r teulu ar yr aelwyd, ac i orffwyso’n addolgar yng nghwmni teulu’r ffydd ar aelwyd yr Eglwys. Dywedodd aelod wrth ei gyfaill, ‘*Rwy’n mynd i’r oedfa o leiaf ugain munud cyn amser dechrau er mwyn cael llonydd i feddwl.*’

Mae iechyd yn fendith na all pres ei phrynu, ond fe allwn wneud rhai pethau i gadw’n iach, megis neilltuo amser i ymlacio mwy, gwneud

mwy o ymarfer corff a bwyta llai. Wrth gwrs, mae'n haws dweud na gwneud! *'Gyfaill annwyl, yr wyf yn dymuno iechyd i ti ...'*

Llefarydd:

Y cymal nesaf yn yr adnod yw, *'a llwyddiant ym mhob peth, fel y mae dy enaid yn llwyddo'*. Y ddau air sy'n sefyll allan yn y cymal hwn yw **'llwyddiant'** ac **'enaid'**. Y mae rhywbeth ym mhawb ohonom na all y byd hwn ei ddiwallu, a ffordd y Beibl o fynegi hynny yw dweud mai 'eneidiau' ydym. I ni Gristnogion, mae'r gair *'enaid'* yn ein hatgoffa ein bod yn fwy na chnawd marwol, a bod yna fyd arall o'n blaenau. Un oedd yn ymwybodol iawn o hynny oedd Ann Griffiths o Ddolwar Fach, a fu farw cyn cyrraedd ei deg ar hugain mlwydd oed. Yn un o'i llythyrau olaf at John Hughes, Pontrobert, gorffennodd gyda'r sylw, *'Oddi wrth eich annheilwng chwaer, sy'n cyflym redeg o fyd amser i'r byd a bery byth.'* Merch ifanc sydd yma, ac eto roedd Ann yn gwybod mai pererindod ysbrydol yw taith dyn ar y ddaear hon, a bod mwy i fywyd na'r hyn sydd gan y byd hwn i'w gynnig.

Felly, yn yr adnod dan sylw, mae Ioan yn dymuno i wŷr o'r enw Gaius iechyd corfforol a llwyddiant ysbrydol. Mae 'llwyddiant' yn golygu cymaint o bethau gwahanol i bobl, megis llwyddiant ym myd addysg, ym myd busnes, ym myd chwaraeon, neu yn y byd gwleidyddol, ac yn y blaen. I'r Cristion, fodd bynnag, y mae 'llwyddiant' hefyd yn golygu'r wedd foesol ac ysbrydol, a bod ei holl fywyd yn cael ei lywio yng ngoleuni'r Efengyl ac yn ysbryd Iesu Grist. Yn fyr heddiw, awgrymwn fod 'llwyddiant ysbrydol' yn golygu tri pheth, sef:

gollwng gafael yn yr hyn sy'n ddrwg,
dal gafael yn yr hyn sy'n dda, a
chryfhau gafael yn yr hyn sy'n wir yn Iesu Grist.

Llefarydd:

Yn gyntaf, y cyngor i ollwng gafael yn yr hyn sy'n ddrwg, neu yn ôl yr adnod hon yn y Llythyr at yr Hebreaid, *'i ollwng gafael ym mhob rhwystr, a'r pechod sy'n ein maglu mor rhwydd'*.

Pan fydd plentyn bach yn mentro cerdded ar ei ben ei hun am y tro cyntaf, fe ddywedwn ei fod *'wedi gollwng'*. Cyn hynny, byddai'r plentyn yn syrthio'n gyson, ond bellach, mae'n gallu sefyll a cherdded,

ac yn fuan iawn, bydd yn neidio ac yn rhedeg yn rhwydd. I bob rhiant, mae'r *'gollwng gafael'* yn destun llawenydd ac yn arwydd amlwg ei fod yn tyfu.

Onid yw hyn yn wir hefyd yn y byd moesol ac ysbrydol? Onid un o arwyddion tyfiant ysbrydol yw gollwng gafael mewn arferion drwg sy'n atal ein tyfiant ysbrydol? Mae pawb ohonom yn gwybod am y profiad o syrthio'n ysglyfaeth i wneud drwg dro ar ôl tro. Sawl tro, er enghraifft, rydym wedi meddwl pethau annheilwng, dweud pethau cas a gweithredu'n hunanol ac yn edifar wedyn? Rydym i gyd yn euog o'r pethau hyn, ac wedi syrthio ganwaith i'r un bai. Ie, dyna yw methu *'gollwng gafael'* yn yr hyn sy'n ddrwg.

*'Gwnes addunedau fil
I gadw'r llwybyr cul,
Ond methu 'rwy'.'*

Llefarydd:

Yn wyneb ein methiannau, y mae'n dda gwybod fod meddyginiaeth i'w chael. Un o nodweddion baban yw cydio'n dynn. 'Dyw'r *'gollwng gafael'* ddim yn rhan o natur baban! Pan fydd baban bach wedi cydio, er enghraifft, yn ein gwallt, faint ohonom sydd wedi cael trafferth mawr i'w berswadio i ollwng ei afael? Tipyn o gamp! Y ffordd orau i'w gael i *'ollwng gafael'* yw cynnig rhywbeth mwy deniadol iddo, ac yn amlach na pheidio, mae hynny'n gweithio! Gwaetha'r modd, nid yw *'gollwng gafael'* mor hawdd â hynny yn foesol ac yn ysbrydol. Y mae pechod yn debyg i ambell chwynnyn, megis dail tafol, sy'n gwreiddio'n ddwfn ac yn chwalu'n sydyn i bob cyfeiriad. Mae gafael pechod a'i effaith arnom yn gallu bod yn ddifaol, gan ein gadael yn gwbl ddiymadferth i wrthsefyll ei allu dieflig.

Newyddion da'r Efengyl yw y gall Iesu Grist ddatgloi gafael yr Un drwg arnom wrth inni gredu ynddo, a chofio'r hyn a wnaeth drosom ar Galfaria. Gadewch inni felly ymddiried ym meddyginiaeth ei gariad fel y cawn iachâd a nerth newydd i ollwng gafael yn yr hyn sy'n ddrwg, ac i roi heibio bopeth sy'n rhwystr i'n tyfiant ysbrydol. Fe ganwn emyn sy'n clodfori Iesu a'i angau drud.

Emyn: 685 – *Brwydra bob dydd, cryfha dy ffydd*

Llefarydd:

Yn ail: y cyngor i ddal gafael yn yr hyn sy'n dda

Y mae byw'r bywyd newydd yng Nghrist yn golygu mwy na gollwng gafael yn yr hyn sy'n ddrwg. Golyga hefyd ddal gafael yn yr hyn sy'n dda. Roedd coeden ffrwythau wedi disgyn ar ôl noson arw o storm, ac yn naturiol roedd perchennog y goeden yn siomedig iawn fod hyn wedi digwydd. Wrth ei harchwilio, sylwodd nad y storm yn unig oedd yn gyfrifol am ei chwmp, ond y pydredd o'i mewn. Beth wnaeth y garddwr efo'r goeden? Ie, llosgi a difa'r pren pwdr, ond cadw'r ffrwyth.

Onid felly y dylem ninnau ymagweddu mewn bywyd? Ffrwyth da'r gorffennol i ni Gristnogion yw gwirioneddau'r Gair yng Nghrist Iesu ein Harglwydd. Onid ydym ninnau hefyd wedi cael ein galw i losgi hen goed pydredig ddoe ein bywyd, a dal gafael yn yr hyn sy'n dda ac yn wir yn Iesu Grist? Yn ei lythyr at Gaius yr henuriad, dywed Iolan, '*Gyfaill annwyl, efelycha ddaioni, nid drygioni. Yr hwn sy'n gwneud daioni, o Dduw y mae; ond yr hwn sy'n gwneud drygioni, nid yw wedi gweld Duw.*'

Mae'r anogaeth i 'ddal gafael' yn amlwg iawn yn y Beibl. Er enghraifft, yn llyfr y Datguddiad, y drydedd bennod, mae Iolan yn annog Eglwys Philadelphia i '**ddal gafael yn yr hyn sydd gennyf, fel na ddygo neb dy goron di.**' Adnod arall debyg yw hon yn yr Hebreaid, yr ail bennod, '*Am hynny, rhaid inni ddal gafael yn fwy gofalus ar y pethau a glywyd rhag inni fynd gyda'r llif.*'

Onid beth yw ystyr hyn yn ymarferol? Beth yw ystyr 'dal gafael' ar y pethau a glywyd? Y mae Iesu Grist yn rhoi ei ateb, '*Os arhoswch chwi yn fy ngair i, yr ydych yn ddisgyblion i mi.*'

Llefarydd:

Un o gynghorion y diweddar Brifathro Gwilym Bowyer, Coleg Bala-Bangor i'w fyfyrwyr oedd, '*Glynwch yn ystyfnig wrth ffeithiau'r ffydd.*' Nid yw'n hawdd gwneud hynny yn y dyddiau sydd ohoni. Mae gafael y byd mor dynn arnom, ac y mae deniadau materol ein hoes mor gryf, ond peidiwn â digalonni oherwydd y mae gennym Air Duw i lynu wrtho. Onid a ydym yn gwneud hynny? Un tro, tynnodd arlunydd ddau ddarlun

cyferbyniol i'w gilydd. Dangosai un darlun hen gegin draddodiadol a'r llall gegin fodern yn y Gymru gyfoes. Yn y cyntaf gellid gweld y Beibl agored yn amlwg iawn ar y bwrdd, ond yn yr ail ddarlun nid oedd golwg o Feibl yn unman. Oes angen dweud mwy?

Tybed a glywsoch y stori am fachgen bach yn mynd i'r ysgol am y tro cyntaf? Roedd wedi edrych ymlaen ers wythnosau. O'r diwedd, fe ddaeth y diwrnod mawr, ac aeth i'r ysgol yn llaw ei fam yn ddiraffferth iawn ac yn hogyn bach da. Yn y pñawn, trodd am adref, ac yn naturiol roedd ei fam yn edrych ymlaen at wybod sut hwyl a gafodd, ac ar unwaith dechreuodd ei holi:

'Wnest ti fwynhau?'

'Do, Mam.'

'Wyt ti'n hoffi'r athrawes?'

'Iawn.'

Ac yna gofynnodd y fam y cwestiwn mawr:

"Beth ddysgest ti heddiw?"

Daeth yr ateb yn syth:

'O, dim llawer, Mam, rwy'n gorfod mynd yn ôl 'fory eto!'

Wel, dyma yw dal ati a dal gafael, sef mynd yn ôl at y Beibl, a dal gafael yn ei neges. Tybed a ydych yn cofio'r adnod hon? *'Eithr Mair a gadwodd y pethau hyn oll, gan eu hystyried yn ei chalon.'* Ar ddechrau blwyddyn newydd, gadewch i ninnau hefyd gymryd geiriau a neges Iesu Grist o ddifrif calon, a'u cadw fel y deuant yn faeth ysbrydol i'n heneidiau.

'Rho archwaeth i'n heneidiau drud

At bethau'r byd ysbrydol;

A gwna ni'n gymwys trwy dy ras,

Bawb oll, i'th deyrnas nefol.'

Gweddiwn

(a)

O Dduw ein Tad, ar ddechrau blwyddyn newydd, cynorthwya ni i adnewyddu ein hymgysegriad i waith dy deyrnas. Cryfha ein dyhead i gyflawni dy ewyllys, fel y byddom yn defnyddio ein genau yn

gymeradwy yn dy olwg, ein dwylo i'th wasanaethu yn enw Iesu Grist, a'n calon i dderbyn ac i dywallt dy gariad i'n gilydd ac i'n cyd-ddynion. O Dduw ein Tad, gweddiwn dros ein cyfeillion a'n cymdogion, ac yn arbennig y rhai sy'n gaeth i'w cartrefi oherwydd afiechyd, ac yn teimlo'n isel eu hysbryd. O Dad, trugarha wrthynt, a dyro iddynt brofiad o wres dy gariad drwy ofal eu perthnasau, a thrwy ein hymweliadau ni â hwy.

(b)

O Dduw ein Tad, gweddiwn dros ein hanwyliaid, sef ein cymar, ein plant, ein hwyrion a'n hwyresau, a'n holl berthnasau. O Dad, taena dy adain yn dyner drostynt. Cadw hwy rhag pob drwg, ac arwain hwy fel ninnau i'th wirionedd a'th gariad yn Iesu Grist.

Gweddiwn dros aelodau hŷn ein teuluoedd sy'n teimlo baich y blynyddoedd yn trymhau. O Dad, os gweli'n dda, bendithia hwy ag ysbryd ymddiried ynot ti yn hwyrddydd eu dyddiau, a nertha ni sy'n mwynhau iechyd i ysgafnhau beichiau eu bywyd a'u sirioli â llawenydd dy gariad.

(c)

O Dduw ein Tad, gweddiwn dros deulu'r ffydd yng Nghymru heddiw, ac yn arbennig deulu'r ffydd yn y dref a'r fro hon. O Dad, bendithia bob cynulleidfa o'th eglwys sydd wedi dod ynghyd eto heddiw gyda'r ymwybyddiaeth o'th bresenoldeb, a dyro iddynt wir ddyhead i ddyrchafu enw Iesu Grist. Cadw dy Eglwys ar lwybr dy wirionedd, a nertha hi i gyflawni ei chenhadaeth er bendith i bobl ein gwlad ac er clod i'th enw.

Yn dy drugaredd, bendithia ni hefyd yn yr oedfa hon ag ysbryd addoli ac ysbryd ymateb i neges dy Air. O Arglwydd, llefara dy Air wrthym mewn pryd, a dyro inni glustiau i wrando a chalonnau cynnes i ymateb. Er mwyn Iesu Grist. Amen.

Emyn: 687 – *Dal fi, fy Nuw, dal fi i'r lan*

Llefarydd:

Yn drydydd, y cyngor i gryfhau ein gafael yn Iesu Grist

Mae 'gollwng gafael' yn yr hyn sy'n ddrwg yn ein rhyddhau i 'ddal ein gafael' yn yr hyn sy'n dda ond, fel y dywedir, '*nid da lle gellir gwell*'.

Nod y Cristion yw cael buddugoliaeth ar y drwg, a chryfhau ei afael yn yr hyn sy'n wir yn Iesu Grist. Ni olyga hyn ein bod i ddal ein gafael yn y gwirionedd drwy ein nerth ein hunain. Wrth geisio gwneud hynny, deawn i wybod yn fuan mai *'rhy wan yw braich o gnawd'* a *'rhy wael yw gorau dyn'*. Onid ein profiad cyson ni yw gollwng gafael yn yr hyn sy'n dda ac yn wir? Ond nid ydym heb obaith, oherwydd hyd yn oed pan fydd ein gafael ni yn methu, y mae gafael Iesu Grist ynom mor gadarn ag erioed. Y gŵr sy'n tystio'n hyfryd am y llaw sy'n gafael yw'r emynydd John Roberts:

*'Pan brofais archoll pechod ar fy nhaith
A minnau'n ysig ŵr dan gur a chraith,
Ei dyner law a'm hymgeleddodd i
Â'i gafael ynof er nas gwelaf hi.'*

I grynhoi. Dechreusom ein neges gyda chyfarchion Ioan i ŵr annwyl o'r enw Gaius, *'Gyfaill annwyl, yr wyf yn dymuno iechyd i ti, a llwyddiant ymhob peth, fel y mae dy enaid yn llwyddo.'* Fel y dywedwyd eisoes, mae 'llwyddiant' yn golygu cymaint o bethau gwahanol i bobl, ond i'r Cristion, y mae llwyddiant yn cynnwys yn fwy na dim y wedd foesol ac ysbrydol i fywyd, sef bod ei holl fywyd yn cael ei lywio yng ngoleuni Efengyl gras a chariad Duw yn Iesu Grist.

Am hynny, gadewch inni drwy nerth ei ras ollwng ein gafael yn yr hyn sy'n ddrwg, dal ein gafael yn yr hyn sy'n dda, a chryfhau ein gafael yng ngrym ei gariad. Er mwyn ein Harglwydd Iesu Grist. Amen.

Emyn: 710 – *Arglwydd Iesu, dysg im gerdded*

Y Fendith:

Ewch mewn tangnefedd, i garu ac i wasanaethu'r Arglwydd yn enw Iesu Grist. A bendith Duw hollalluog, y Tad, y Mab a'r Ysbryd Glân, a fyddo gyda chwi yn awr a hyd byth. Amen.