

Henaint

‘Henaint ni ddaw ei hunan’; – daw ag och
Gydag ef, a chwynfan,
Ac anhunedd maith weithian,
A huno maith yn y man.

John Morris-Jones

EMYNAU

Fel mae’n blynyddoedd yn byrhau deisyfwn am fwy o ffydd:

Hiraethu ’rwy’n brudd
am fwyfwy o ffydd
a nerth i wrthsefyll
ac ennill y dydd;
Duw ffyddlon erioed
y cefais dy fod,
dy heddwch fel afon
yn dirion im dod.

William Williams (*Caneuon Ffydd: 755*)

Fel mae’r gaeaf yn cau amdanom a’r unigrwydd yn llethol gweddïwn am y ffydd i oroesi gaeaf ein blynyddoedd olaf:

Yn oerni gaeaf blin y cur a’r loes
pan syrth o’r cylch gysgodion diwedd oes,
a minnau mewn unigrwydd yn fy nghell
yn methu byw ar wres yr hafau pell,
rho ffydd i bwysu ar dy air y caf
oroesi’r gaeaf mewn tragwyddol haf.

T. R. Jones (*Caneuon Ffydd: 777*)

Un fendith a ddeisyfaf, cael mwy a mwy o ras i’th garu:

Un fendith dyro im,
ni cheisiaf ddim ond hynny:
cael gras i'th garu di tra bwy',
cael mwy o ras i'th garu.

Eifion Wyn (*Caneuon Ffydd*: 164)

Pan fo rhieni, teulu a chyfeillion wedi mynd mae'na gryfder sydd yr un o hyd:

Pwyso'r bore ar fy nheulu,
colli'r rheini y prynhawn;
pwyso eilwaith ar gyfeillion,
hwythau'n colli'n fuan iawn;
pwyso ar hawddfyd – hwnnw'n siglo,
profi'n fuan newid byd:
pwyso ar Iesu, dyma gryfder
sydd yn dal y pwysau i gyd.

Eben Fardd (*Caneuon Ffydd*: 739)

O ddechrau'r daith i'r diwedd rho'r fraint i mi o gael byw i ti:

Fy hunan oll i ti, O Iesu da,
er dyfod cwmwl du neu heulwen ha';
o fore oes hyd nes i'r cyfnos ddod
rho im y fraint o fyw bob dydd i'th glod.

Elfed (*Caneuon Ffydd*: 757)

Fy nod, gydol f'oes, yw aros yng nghysgod a diogelwch fy Nuw:

Arhosaf yng nghysgod fy Nuw,
i mewn yn nirgelwch y nef;
dan adain ei gariad 'rwy'n byw,
fe'm gwrendy cyn clywed fy llef:
pe curai trallodion yn hy
i'm herbyn fel tonnau y môr,
mi ganaf wrth deimlo mor gry' –
fy nghraig a'm cadernid yw'r Iôr.

Ap Hefin (*Caneuon Ffydd*: 203)

GWEDDÏAU

Duw y cyfnodau a'r cenedlaethau trown atat pan fo'n blynyddoedd yn byrhau:

Ein Tad nefol, sy'n Dduw pob cyfnod a chenedlaeth, addolwn di. Diolchwn dy fod yn oleuni ac yn waredigaeth inni ar hyd ein bywyd, yn Arglwydd arnom o gri ein geni hyd flynyddoedd henaint. Ti sy'n symbylu breuddwydion ein hieuenctid, yn ein cynnal ym mlynyddoedd ein hanterth, ac yn gydymaith a gobaith inni yn nyddiau ein haeddfedrwydd. Yr un wyt ddoe, heddiw ac am byth, ac nid oes terfyn ar dy drugaredd.

Cofiw'n ger dy fron heddiw bawb a welodd hir ddyddiau, y rhai sy'n tystiolaethu i ti mewn henaint, a'r rhai y mae arnynt angen dy gynhaliaeth pan fo'u blynyddoedd yn byrhau. Amen.

John Rice Rowlands

Wrth i ni heneiddio gwna ni'n bobl dyner ac anhunangar:

Cynorthwya ni i fod yn siriol ac addfwyn, fel y byddwn yn denu eraill atom, gan nad yw hi'n bosibl i ni fynd atynt hwy. Cynorthwya ni i fod yn amyneddgar gyda'r ifanc yn eu gwamalrwydd, gan sylweddoli nad oes ganddynt brofiad o fywyd fel ni. Cynorthwya ni i fod yn dawel weithiau, gan fod yn barotach i wrando. Cynorthwya ni hefyd i sylweddoli nad oes gan y rhai sydd yn ymweld â ni gymaint o amser ag sydd gennym ni. Cynorthwya ni i beidio â'u cadw a'u blino gyda'n straeon. Cynorthwya ni i rannu ein llawenydd, nid ein cwynion; ein bendithion, nid ein pryderon. Cynorthwya ni i aeddfedu yn ein henaint ac i heneiddio'n rasol. Amen.

Eric Jones

Diolchwn am y rhai sy'n gofalu am yr henoed yn ein cymdeithas:

Gweddiwn dros y gymdeithas yr ydym yn byw ynddi yn ei darpariaeth ar gyfer yr henoed. Rho ras a dawn i barhau i feithrin ysbryd cymdogol, ac ymwybod gwâr o ofal am bobl. Bendithia fudiadau sy'n hyrwyddo lles yr henoed, yn diogelu eu buddiannau, yn llais i'w hanghenion. Arddel

eu hymdrechion trwy'n gwlad ac ym mhob un o'n hardaloedd. Bendithia'r cymdeithasau a'r clybiau henoed lleol sy'n dod â'r bobl hŷn at ei gilydd, yn meithrin cwmnïaeth, yn rhoi cyfle i'w doniau a'u dyfeisgarwch. Pâr i fywyd bro a diwylliant ardaloedd gael eu cyfoethogi trwy gyfraniad eu cenhedlaeth. Amen.

John Rice Rowlands

Gwylw'n rhag syrthio i'r gwaelodion wrth fynd yn hŷn:

Arglwydd, gwyddost yn well na mi fy mod yn mynd yn hŷn, ac y byddaf rhyw ddydd yn hen.

Rhyddha fi oddi wrth yr ysfa i geisio datrys problemau pawb. Rhyddha fy meddwl rhag gormes y manylu diddiwedd; rho rwyddineb imi ddod at y pwynt.

Ni fynnaf fod yn sant – mae'n anodd byw gyda rhai ohonyn nhw – ond hen wraig sur yw un o gampweithiau'r diafol.

Rho i mi'r gallu i weld pethau da mewn manau annisgwyl a doniau mewn pobl annhebygol. Amen.

Gweddi Lleian o'r 17eg ganrif

Rhodd Duw yw henaint, diolchwn amdano:

Daw henaint oddi wrth Dduw,
henaint a arweinia at Dduw,
ni wna henaint gyffwrdd â mi
oni bai ei fod ef yn ewyllysio. Amen.

Pierre Teilhard de Chardin

ADNODAU

Yn ôl y ddihareb mae henaint yn goron anrhydedd:

Y mae gwallt sy'n britho yn goron anrhydedd;
fe'i ceir wrth rodio'n gyfiawn.

Diarhebbion 16: 31

Ti ydi'r Duw digyfnewid, ninnau ydi'r rhai sy'n heneiddio:

Deng mlynedd a thrigain yw blynyddoedd ein heinioes,
neu efallai bedwar ugain trwy gryfder,
ond y mae eu hyd yn faich ac yn flinder;
ânt heibio yn fuan, ac ehedwn ymaith.

Salm 90: 10

Dymuniad y Salmydd yw ar i Dduw ei gofio yn amser ei henaint:

Paid â'm bwrw ymaith yn amser henaint;
paid â'm gwrthod pan fydd fy nerth yn pallu.

Salm 71: 9

Y mae Duw yn adnewyddu bywyd trwy ei drawsffurfio:

A pheidiwch â chydymffurfio â'r byd hwn, ond bydded ichwi gael eich trawsffurfio trwy adnewyddu eich meddwl, er mwyn ichwi allu canfod beth yw ei ewyllys, beth sy'n dda a derbynol a pherffaith yn ei olwg ef.

Rhufeiniaid 12: 2

Dealltwriaeth a bywyd difrycheulyd sy'n rhoi gwerth ar henaint:

Nid hirhoedledd sy'n rhoi ei werth i henaint,
ac nid amllder blynyddoedd yw ei fesur.

Doethineb Solomon 4: 8

Ein braint yw cael cynorthwyo ein teulu a'n cyfeillion yn eu henaint:

Fy mab, cynorthwya dy dad yn ei henaint,
a phaid â'i dristáu tra bydd ef byw.

Ecclesiasticus 3: 12

DYWEDIADAU A THRADDODIADAU

Yn awr, dyma i chi un peth sy'n eiddo i'r rhai sy'n mynd yn hŷn – amser. Fe all fod yn boen ac artaith i sawl un.

Mae yna berygl yn aml i bobl mewn oed dybio y gallan nhw ddal ati i'r diwedd. Onid yw'n bwysig ein bod yn gwybod pryd i roi'r gorau iddi a gadael i eraill gymryd yr arweinyddiaeth?

Ni adawodd Anna, yn ail bennod Efengyl Luc, i'r blynyddoedd ei chwerwi, a chadwodd ei ffydd a'i gobaith i'r diwedd am ei bod wedi cadw cysylltiad â ffynhonnell ei gobaith, ei chysur a'i chynhaliaeth, sef Duw ei hun.

Dydy henaint ddim cynddrwg o ystyried y dewis arall.

Maurice Chevalier

Ni chânt hwy heneiddio, fel yr heneiddiwn ni sydd ar ôl:
Ni chaiff henaint eu blino, na'r blynyddoedd eu condemnio.
Ar fachlud haul a thoriad gwawr
Fe gofiwn ni amdanynt hwy.

Laurence Binyon