Y carw a'i gynffon

Bodlonrwydd / Gofalu am ein corff

Pan oedd y carw yn pori yn y caeau gwelodd gŵn rheibus yn dod tuag ato. Dechreuodd y cŵn redeg ar ei ôl. Rhedodd y carw yn gyflymach ac yn gyflymach a'r cŵn yn ei ymlid. Gwelodd ogof yn y creigiau. Rhedodd i mewn i'r ogof. Doedd gan y cŵn ddim syniad i ble roedd wedi mynd. Arhosodd yn yr ogof i gael ei wynt ato. Dechreuodd siarad efo fo'i hun.

"Traed, fy nhraed beth a wnaethoch chi i'm helpu i gyrraedd yr ogof?" gofynnodd i'w draed.

"Mi wnaethon ni neidio dros gerrig a'r creigiau ac mi ddaethon ni â thi yma'n saff."

"Da iawn chi draed" meddai'r carw. "A beth amdanoch chi glustiau. Beth a wnaethoch chi i'm helpu?"

"Ni glywodd sŵn y cŵn yn dod" meddai'r ddwy glust. "Da iawn chi glustiau." meddai'r carw. "A beth wnaethoch chi lygaid."

"Ni wnaeth ddangos y ffordd i ti. Ni oedd yn dy arwain di drwy'r dyffryn a thros yr afon ac i mewn i'r ogof, meddai'r llygaid.

"Da iawn chi lygaid" meddai'r carw.

"A beth amdanat ti y trwyn hir?" gofynnodd y carw. "Beth wnest ti i'm helpu rhag i mi gael fy llarpio gan y cŵn rheibus?" Meddyliodd y trwyn am funud ac meddai. "Fe wnes i arogli'r cŵn o bell. Felly pan glywaist ti arogl y cŵn dyma ti'n mynd nerth dy draed."

"Da iawn ti drwyn hir" meddai'r carw. "Da iawn chi pob rhan o'm corff.

Yna cofiodd yn sydyn am ei gynffon. "O beth wyt ti wedi wneud i'm helpu gynffon annwyl" meddai'r carw. "Rwy'n siŵr na wnes di ddim byd o gwbl i'm helpu," meddai'r carw yn ddig wrth ei gynffon.

Teimlodd y gynffon i'r byw ac meddai. "Do fe wnes i dy helpu di. Mi wnes i ysgwyd i ddweud wrth y cŵn rheibus am dy ymlid."

"O'r gynffon ddrwg" meddai'r carw gan edrych yn ddig ar ei gynffon. "Rwyt ti'n gynffon ddrwg, ddrwg iawn. Trodd ei ben tua'i gynffon a dechreuodd ei brathu'n egr. Daliodd ati i frathu ei gynffon. Gwaeddodd yn wyllt ar ei gynffon. "Dos oddi yma ar unwaith. Dos allan o'r ogof yma. Yr hen gynffon ddrwg." Gwthiodd ei gynffon allan o'r ogof. Wrth iddo wthio ei gynffon allan o'r ogof roedd y carw hefyd yn mynd allan o'r ogof. A phwy oedd yn disgwyl tu allan 'r ogof ond y cŵn rheibus. Doedd dim modd dianc yn awr. Rhuthrodd y cŵn rheibus tuag at y carw druan a'i ddal.

Diolch i Ti, O Dduw, am bob rhan o'm corff. Mae pob rhan yn bwysig. Wnei di fy nysgu i ofalu am fy nghorff. Amen.

- Sut y byddwch chi'n gofalu am eich corff?
- Beth a ddigwyddodd i'r carw yn y diwedd? Pam y digwyddodd hyn?