Y NEGESYDD

EGLWYS EMAUS BANGOR

MAWRTH 2026

GAIR GAN Y GWEINIDOG

Brwydra bod dydd, cryfha dy ffydd

‘Crist yn yr Anialwch’ gan Ivan Kramskoi (1872)

Ddiwedd y 19eg ganrif yn Rwsia, paentiodd yr arlunydd a’r athro nodedig Ivan Kramskoi lun o Iesu wrtho’i hun yn yr anialwch, llun dirdynnol sy’n mynegi brwydr mewnol y corff a’r ysbryd. Mae ef wedi ei amgylchynu gyda meini bychain ac yn eistedd ar graig, ei ddwylo o’i flaen a’i lygaid yn llawn ing a gofid. Nid y Crist buddugoliaethus sy’n cael ei bortreadu yma ond Crist sy’n ymwybodol o ddifrifoldeb y frwydr, un sy’n cael profiad byw o beth yw hi i fod yn ddynol.

TEMPTIAD IESU

1 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 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."**

O BLE DDAETH Y GAIR GARAWYS?

O edrych ar Geiriadur Prifysgol Cymru arlein, mae'r gair Grawys (neu Garawys) yn fenthyciad o dair iaith

i) y Lladin 'cadra – gesma' neu 'quadragesema' sy'n golygu 'y degeinfed'

ii) y Lydaweg Koraiz 'Grawys'

iii) a'r Hen Wyddeleg 'corgas' / 'corgais' - Grawys neu ympryd

Sylwer mai gydag 'C' roedd y gair yn dechrau'n wreiddiol ond wrth ei ddefnyddio'n gyson gyda'r fannod - 'y Garawys' y daeth y ffurf 'Grawys' da ni'n ei ddefnyddio heddiw. Mae'r Geiriadur hefyd yn rhoi diffiniad cryno i ni o ystyr y gair:

"Y deugain niwrnod yn y flwyddyn eglwysig rhwng dydd Mawrth Ynyd a noswyl y Pasg a dreulir mewn ympryd ac ymwadiad (yn bennaf gan aelodau'r Eglwysi Catholig ac Anglicanaidd) i goffáu ympryd a themtiad Crist yn y diffeithwch a'i ddyddiau olaf ar y ddaear; ympryd y Grawys."

Mae'r esboniad yn ein hatgoffa am gyfnod yr Arglwydd Iesu yn y diffeithwch yn ymprydio ac yn cael ei demtio ynghyd â'r awgrym fach gynnil efallai fod na draddodiadau Cristnogol eraill yn fwy cyfarwydd â'r arfer o fynd heb fwyd na ni'r Anghydffurfwyr – byddwch yn onest – wrth edrych arna i, nid ympryd fyddai'r peth cyntaf i ddod i'ch meddwl!

BRWYDRO

Oes ganddoch chi ryw syniad yn eich meddwl o sut fyddai person duwiol yn edrych ac yn ymagweddu? Efallai fel rhyw hen fynach sanctaidd yr olwg yn

gwenu rhyw wên dangnefeddus ac yn ymprydio fel ffordd o gyrraedd yr heddwch hwnnw? Ond wrth ddarllen hanes Iesu'n cael ei arwain i'r anialwch i ymprydio a gweddïo, da ni'n gweld nad tangnefedd mae o'n ei brofi ond y gwrthwyneb yn llwyr – mae ei heddwch meddwl yn cael ei chwalu gan leisiau o'i fewn sy'n ei dynnu yma a thraw a mae e'n gorfod ymladd yn galed er mwyn dal ati i ddilyn llais a galwad ei Dad Nefol. Os mai Iesu sy'n gosod y patrwm o beth yw duwioldeb i ni ei ddilynwyr – yna brwydr nid bywyd tawel ydy profiad pobl wir dduwiol.

BRWYDR Y BLAENORIAETHAU

Mae Iesu wedi bod heb fwyd am gyfnod hir ac mi fyddai'n siwr o fod yn llwgu go iawn eisiau bwyd. Ond mae'n cael ei herio i weld bod na fwy i'n bywydau na jyst cael, cael a chymryd o hyd. Er bod angen bwyd ar y corff, perthynas â Duw nid pethau sy'n rhoi gwir gynhaliaeth i ni. **Mae'r berthynas yn fwy na'r bara**

Mae Iesu, y dyn ifanc yma sydd ar fin dechrau ar ei weinidogaeth yn naturiol yn dyheu am lwyddo yn ei waith. Ond mae'n cael ei herio i weld bod ufudd-dod i'w Dad nefol yn bwysicach na llwyddiant yng ngolwg y byd. **Mae ufudd-dod yn bwysicach na llwyddiant**

A mae'r dyn ifanc yma sydd wrthi'n dysgu ymddiried yn ei Dad nefol yn cael ei herio i beidio defnyddio'r ffaith ei fod mewn perthynas arbennig gyda Duw fel cyfle i ymffrostio nac yn gyfle i gam-ddefnyddio'i rym ond yn hytrach i geisio bywyd o wasanaethu. **Rhaid dilyn ei alwad nid elwa**

NEWYDDION DA

Os ydych chi'n cael y bywyd Cristnogol yn anodd, yn lle digalonni, efallai y dylech chi feddwl yn gwbl fel arall - dyma brawf sicr eich bod yng nghanol berw brwydr ffydd – yr union le y dylech chi fod! Os ar y llaw arall bod eich bywyd yn esmwyth, hwyrach eich bod wedi hen gau eich clustiau i alwad Duw. Dydy temtasiwn ddim yn cyfrif fel temtasiwn os nad yw'n cyffwrdd â gwir ddyheadau'n calonnau. A dydy'r person duwiol, ddim yn byw bywyd rhwydd - mae'n gorfod ymladd pob cam o'r daith i ddal yn driw i'w alwad. Cafodd Iesu ei demtio a llwyddo i daro yn ôl gan ddefnyddio Gair Duw fel cleddyf a rhan o bwrpas dod at ein gilydd o amgylch Gair Duw fel eglwys ydy arfogi ein hunain ar gyfer y frwydr. Da ni'n aml yn methu ufuddhau, yn aml yn ildio i demtasiwn ond dro ar ôl tro da ni'n cael ein galw yn ôl i'r frwydr yn erbyn drygioni, i ymladd temtasiynau cyson i roi y bara yn gyntaf, i roi llwyddiant bydol yn gyntaf, i geisio ymelwa. A dro ar ôl tro da ni'n gweithio allan ynghanol cymhlethdod ein byw bob dydd sut i ddewis y berthynas uwch y bara, i ddewis ufudd-dod uwch y llwyddiant ac i roi ei alwad yn uwch nag elwa.

Carys M Jones

OEDFAON A CHYFARFODYDD MIS MAWRTH

Bore Sul, 1 Mawrth, Oedfa Dydd Gŵyl Dewi gyda phaned i ddilyn.
Croeso i chi wisgo
gwisgoedd Cymreig amrywiol

Dydd Mercher, 4 Mawrth, 12-1
Cinio Pererin yn y festri

Nos Fercher, 4 Mawrth 6.15pm
Cyfarfod ymddiriedolwyr Emaus

Nos Iau, 5 Mawrth 6.15pm
Cyfarfod diaconiaid Emaus

Bore Sadwrn, 7 Mawrth, 10-12
Bore Coffi Masnach Deg

Bore Sul, 8 Mawrth,
Gwasanaeth Cymun
dan ofal y gweinidog

Dydd Mercher, 11 Mawrth, 12-1
Cinio Pererin yn y festri

Dydd Iau, 12 Mawrth, 3 tan 4,
cyfarfod 'paned a sgwrs'

Bore Sul, 15 Mawrth,
Sul y Mamau.
Oedfa dan arweiniad yr aelodau

Dydd Mercher, 18 Mawrth, 12-1
Cinio Pererin yn y festri

Bore Sul, 22 Mawrth,
Oedfa dan ofal y gweinidog

Dydd Mercher, 25 Mawrth, 12-1
Cinio Pererin yn y festri

Bore Sul, 29 Mawrth,
Sul y Blodau.
Trefniadau i'w cadarnhau

TRANSFORM TRADE YN 40!

Gwahoddwn chi i

"BIG BREW" Transform Trade

Dydd Sadwrn Mawrth 7fed
o 10 - 12 o'r gloch
yn festri Emaus

Bydd cyfle i ddysgu mwy
am waith Transform Trade,
ac am rai o gynhyrchwyr
y nwyddau ar ein stondin.

Hefyd bydd :-
Stondin cacennau,
Cwis Masnach Deg ,
a blasu nwyddau newydd.

Wrth gwrs, bydd cyfle fel arfer
i brynu nwyddau,
mwynhau paned,
a chymdeithasu.

Catrin

PUM PETH PERSONOL I HELPU'R BLANED

Yn y rhifyn diwethaf o'r Negesydd, roedd sôn am y cynllun yma gan Undeb yr Annibynwyr i'n hybu ni i fod yn fwy gofalgar o'r blaned. Ar ddiwedd Chwefror cefais y cyfle i rannu fy myfyrion personol ar y thema cyntaf, sef bwyd a hynny ar Facebook. Dyma gyfle felly i rannu 5 diwrnod a 5 peth i feddwl amdanyn nhw gyda darllenwyr y Negesydd.

DYDD LLUN – GOSOD YR HER

Fel rhan o gynllun Pum Peth Personol y gallwn wneud i fod yn ofalgar am y blaned wych mae Duw wedi rhoi yn gartref i ni, dwi am herio fy hun yr wythnos hon i weld oes na newidiadau bach y gallaf wneud wrth ddewis a phrynu bwyd. Mae pawb yn dod at bwnc bwyd o le gwahanol a mae anghenion dietegol pobl yn gallu amrywio o ran oedran ac iechyd felly fy newis personol i fydda i'n rhannu nid rheol i bawb. Oes pwynt gwneud newidiadau bach? Da ni'n dyheu weithiau am wneud gweithredoedd mawr dramatig sy'n sortio popeth yn syth ond fel Cymry da ni'n cofio geiriau ein nawddsant o werth gwneud 'y pethau bychain' Mae'r cynllun yn ein gwahodd i ystyried mwy am ba fwydydd i brynu, o ble mae nhw'n dod? sut mae nhw wedi eu masnachu? yn lle jyst rhoi pethau yn y fasged neu'r cert siopa yn ddifeddwl.

DYDD MAWRTH – AWGRYM 1: DEWIS PRYD LLYSIEUOL YN HYTRACH NA CHIG

Dwi'n cael fy nhynnu 2 ffordd gyda hyn. Mae na rai dadleuon ecolegol yn erbyn magu anifeiliaid ar gyfer cig ac ar y llaw arall mae dewis cig da lleol yn un ffordd dda o sicrhau protîn yn y deiet ac yn ffordd o gefnogi ffermwyr a'n cymunedau cefn gwlad.

Yn bersonol dwi ddim am roi'r gorau i fwyta cig ond dwi wedi dechrau dewis nifer o brydiau heb gig yn ystod yr wythnos a'r hyn dwi am drïo gwneud yw prynu cig da lleol lle mae'r anifail wedi cael bywyd da ac iach ac osgoi cig o dramor sy'n gallu bod yn rhatach ond heb y gofal a'r safon. CEFNOGWN EIN FFERMWYR LLEOL!

Ydych chi'n bwyta cig ac o ble da chi'n prynu cig da yn lleol i chi?

DYDD MERCHER – AWGRYM 2: GWNEUD PRYD GYDA SBARION

Bob dydd Mercher rhwng 12 ac 1 da ni yn Emaus Bangor yn cyfarfod yn y festri ar gyfer Cinio Pererin - cyfle i fwynhau cinio bocs bwyd, paned a sgwrs gyda darlleniad ac amser o weddi cyn mynd ymlaen gyda chynlluniau'r dydd. Fe fuon ni'n trafod ein hatgofion o ddefnyddio sbarion bwyd ar gyfer creu prydiau er mwyn osgoi gwastraffu bwyd - un o'r 5 awgrym am ffyrdd y gallwn ni i gyd fyw mewn ffordd sy'n fwy gofalgar o'r blaned. Mae gweddillion cinio dydd Sul yn gallu troi'n lobscows, cawl neu gyrri dros y dyddiau nesa neu ei rewi ar gyfer rhywbryd eto. Ffrïo gweddillion cig a llysiau gyda reis oedd un o'n harferion fel teulu pan oeddwn i'n tyfu i fyny.

Cyffes yr wythnos - wnes i ddarganfod chydig o salad datws a gweddillion pot o goleslaw yn cuddio yng nhefn yr oergell oedd wedi hen fynd dros y dyddiad - Addunedu felly i gadw gwell golwg ar gynnwys yr oergell i osgoi gwastraff o hyn ymlaen!

Oes ganddoch chi hoff ffordd o 'ailgylchu' bwyd?

DYDD IAU – AWGRYM 3:
GWNEUD RHESTR SIOPA I OSGOI GORBRYNU A GWASTRAFFU

Wel - dwi'n gorfod cydnabod heblaw adeg Dolig neu os dwi'n paratoi saig newydd dwi rioed di gwneud o'r blaen fydda i ddim yn gwneud rhestr siopa. Pan oedd D a T yn blant roedd rhestr yn beth reit handi - ond hyd yn oed gyda rhestr roedd na demtasiwn i brynu pethau diangen. Wrth gwrs, mae archfarchnadoedd yn cynllunio'i siopau yn ofalus - ee rhoi bara a llefrith yn nghefn y siop fel bod rhaid cerdded heibio popeth arall i'w cyrraedd. Mae cynigion BOGOF yn temtio ac yn aml mae nhw'n cynnwys llawer o fwydydd uchel mewn siwgr. Mae hi'n dipyn o gamp i fynd i siopa a dod oddi yno gyda be da CHI eisiau yn lle be mae NHW eisiau i chi brynu! Falle bod rhestr yn gallu bod yn un ffordd i'ch helpu ni i fod yn gryf?

DYDD GWENER –
CYFUNO AWGRYM 2 a 5 –
PRYNU BWYD LLEOL, ORGANIG, MASNACH DEG, TYMHOROL

Dydd Gwener a dyma gyfuno 2 o'r awgrymiadau am wneud dewisiadau da wrth brynu bwyd i fod y garedicach i'r blaned sef prynu llysiau lleol a thymhorol i osgoi cost i'r blaned o'u cludo o bell a dewis bwydydd o bob math sy'n organig, masnach deg, a lleol lle bo modd.

Fy 'go-to' o ran llysiau gwyrdd fel arfer ydy brocoli ond yr wythnosau diwethaf dwi wedi dewis sgewyll (sbrowts dwi'n dweud!) o Loegr a ffa gwyrdd masnach deg wrth siopa yn y Co- op lleol. Rhaid cydnabod cyn wythnos yma doeddwn i ddim yn un am graffu ar labeli felly dwi'n dechrau dysgu! Fel y gwelwch, mae siop gig Wavells, Llanrug yn gwerthu jam, mêl a chetwad a hyd yn oed lemon curd lleol yn ogystal â chig a mae na wên a sgwrs yn Gymraeg sydd werth y byd. Mae na groeso a sgwrs yn Gymraeg hefyd yn Hootons, LlanfairPG a llond y lle o lysiau wedi eu tyfu ar yr Ynys.

Sadwrn cyntaf o'r mis (heblaw Ionawr ac Awst) mae Wes a Catrin Evans gyda help Dilwen ac Eleri Lloyd Jones yn sicrhau bod na siop Masnach Deg ar agor yn festri Emaus gyda chymorth parod aelodau Emaus ac eglwysi'r ddinas yn helpu gyda'r baned. Fedrwn ni ddim prynu popeth yn lleol, yn organig ac yn Fasnach Deg ond mae modd i ni wneud beth sy'n bosib i ni!

Casi M. Jones

CORNEL POSAU GARETH

ATEB I BOS CHWEFROR

DYDD LLUN

POS MAWRTH

Yfory fydd Dydd Mercher.

Pa ddiwrnod oedd echdoe?

BYDD YR ATEB YN RHIFYN EBRILL

Diolch i Menna a Catrin am roi'r blodau yn ystod mis Chwefror.

MIS MAWRTH

Mawrth 1 ac 8
Rhianwen H Roberts

Mawrth 15
Glenda ac Ann Jones

Mawrth 22 a 29
Helen Owen

Mae Suliau gwag yn ystod mis Mai a Mehefin. Os dymunwch roi blodau pryd hynny. Croeso i chi gysylltu gyda

Kath ar 01248 353313 neu Meriel 01248 352205 neu merielparry@gmail.com

CWLWM CYMRU GAMBIA

Ar nos Wener, Chwefror yr 20fed cafwyd perfformiad cyffrous yn cyfuno cerddoriaeth werin ac adrodd stori yn y Galeri, Caernarfon, perfformiad oedd yn plethu traddodiadau Cymru a Gambia gyda'i gilydd. Pleser oedd cael rhagflas o'r perfformiad mewn gweithdy anffurfiol yn festri Emaus y pnawn hwnnw oedd yn cynnwys offerynnau cerdd traddodiadol, canu hen ganeuon a llên gwerin.

Mae **Cymraeg Mandinka Connections** yn gydweithrediad cerddorol rhwng y gantores Gymreig Mari Mathias a'r chwaraewr kora o Gambia, Sura Susso, sy'n archwilio'r traddodiad o adrodd straeon drwy gerddoriaeth yng Nghymru ac yn Gambia. Daw Sura o linach griot (Jali), gan ddod â hanes llafar cyfoethog diwylliant Mandinka Gorllewin Affrica, tra bo Mari yn tynnu ar chwedloniaeth a llên gwerin Gymreig yn ei steil gwerin amgen.Mae'r ddau yn perfformio yn eu hiaith gyntaf, gan ddathlu a chadw eu gwreiddiau diwylliannol. Mae'r prosiect yn cysylltu hen straeon a rhai cyfoes, gan hyrwyddo'r ieithoedd Cymraeg a Mandinka i gynulleidfaoedd newydd. Diolch i Pobl i Bobl am drefnu'r gweithdy yn Emaus.

CYLCH DARLLEN EMAUS

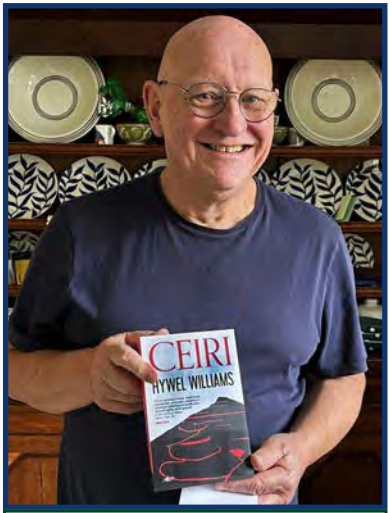
Yn ein Cylch Darllen yn Emaus ym mis Chwefror cawsom y fraint o groesawu Rhiannon Thomas, awdures nofel dditectif **Penllechwedd**. Roedd pawb ohonom yn adnabod Rhiannon drwy gysylltiadau gwahanol ac felly sgwrs hollol anffurfiol fu hi. Roedd yn amlwg hefyd fod y nofel **Penllechwedd** wedi plesio'r darllenwyr.

Rhiannon Thomas

Yn dilyn canmoliaeth gan feirniaid Gwobr Daniel Owen yn Eisteddfod Tregaron (2022) aeth Rhiannon ati i gyhoeddi'r llyfr. Mae Rhiannon ei hun yn hoff iawn o lyfrau, cyfresi teledu a ffilmiau ditectif. Doedd dim rhyfedd, felly, iddi ddefnyddio ei phrofiad a'i gwybodaeth eang wrth lunio'r nofel hon.

Mae hi'n cyflwyno **Penllechwedd** er cof am y diweddar Gareth Miles *"a wnaeth i mi gredu y gallwn i sgwennu"*.

Diolch yn fawr, Rhiannon, am sgwrs hynod o ddifyr, ac am godi'r llen ar y broses ddyrys o ysgrifennu a chyhoeddi llyfrau yng Nghymru heddiw.



HYWEL WILLIAMS

Rydym am aros yn agos at adre
eto ddechrau Mawrth
yn y Cylch a darllen **'Ceiri'**
gan Hywel Williams.
Bydd y cyfarfod
brynhawn Gwener 6 Mawrth
am 2 o'r gloch
ac mae croeso cynnes i bawb.

(cyfuniad o ddau adroddiad o'r Cylch Darllen gan Helen a Menna)

BMS

Roedd yn fraint cael croesawu Dr. Menna Machreth i arwain ein gwasanaeth ar Sul Agor y Blychau yn ôl yr arfer. Cawsom drawsdoriad o wasanaeth y BMS a chipolwg o waith pedwar o'n partneriaid.

Nodwyd pedwar pwynt gweddi ar gyfer:-

1. UNDOD YR EGLWYS YN ASIA
ble mae Ardi Wiriadinata yn bartner hir dymor gyda'r Gymdeithas. Mae'n Gyfarwyddwr ar 65 o Eglwysi Bedyddiedig Asia Pacific ac yn gyfrifol am drefnu cynadleddau a chydweithio rhwng yr eglwysi drwyhyfforddiant, trafodaethau a mentora.

2. GWARCHOD RHAG ERLEDIGAETH YN BANGLADESH
ble mae Barnabas Hembron yn tiwtora, bugeilio a gwarchod Cristnogion dewr sy'n brwydro yn erbyn erledigaeth.

3. SANCTEIDDIO EGLWYSI YN LIBANUS
ble mae Wissam Nasrallah yn rhannu'r efengyl dros wlad yr Arabiaid drwy gynnig addysg gynhwysol a datblygu cymuned gan gydweithio'n agos gyda'r eglwysi lleol.

4. HYRWYDDO GOBAITH YN UGANDA / INDONESIA
ble mae Benan Kayanja yn arwain prosiect BMS sydd yn tynnu arbenigedd gwahanol bobol at ei gilydd i gynorthwyo eglwysi sydd angen cymorth i ddefnyddio'r adnoddau sydd ganddynt i'r eithaf. Mae yn gweithio'n Indonesia ar y funud.
Ein braint yw gallu cynnig cymorth i hyrwyddo gwaith ac ymdrech ein gweithwyr a'n partneriaid ble bynnag y bônt drwy ein gweddïau a'n rhoddion. Agorwyd y blychau fore Sul ac mae pob un ohonynt yn werthfawr erbyn hyn!
Bydd y casgliad blynyddol ar agor tan ganol mis Mawrth er mwyn anfon ein cyfraniadau cyn y Pasg. Derbynnir arian parod neu sieciau *(yn daladwy i BMS WORLD MISSION)*

Sian Arwel Davies

DIOLCH

Ar ran Pwyllgor Achub y Plant Ynys Môn, hoffwn ddiolch i bawb a gyfrannodd mewn unrhyw fodd at y bore coffi a gynhaliwyd ym mis Ionawr.

Codwyd y swm anrhydeddus o £1,143.50 er budd yr argyfyngau yn Gaza a Libanus.
Gwerthfawrogir eich cefnogaeth.

Elen

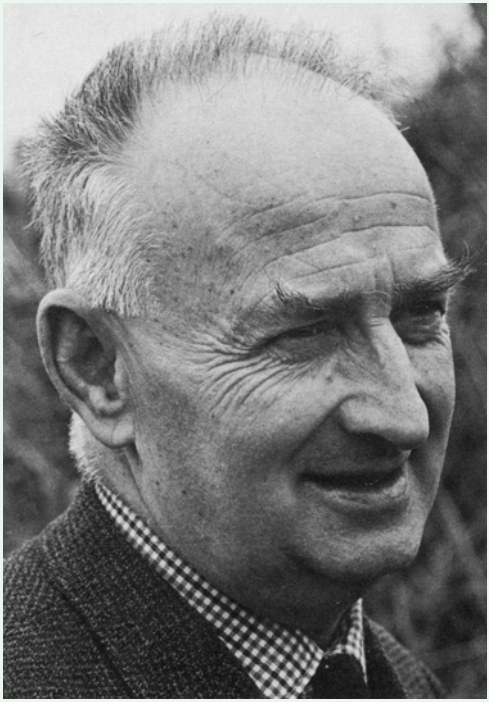
WALDO WILLIAMS

Bywyd a gwaith y bardd o Sir Benfro, Waldo Williams, gafodd eu portreadu yng nghynhyrchiad diweddaraf cwmni theatr **'Mewn Cymeriad'** yng Nghapel Berea Newydd ddechrau Chwefror.

Yn un o feirdd enwocaf Cymru'r ugeinfed ganrif, mae Waldo Williams yn cael ei gofio'n bennaf am ei gyfrol o gerddi, **Dail Pren** *(1956)*, sy'n cynnwys cerddi cyfarwydd megis **'Cofio', 'Y Tangnefeddwyr' 'Preseli**', a **'Mewn Dau Gae'.**

Yn ddyn a chanddo ffydd Gristnogol ac argyhoeddiadau cryf, bu'n wrthwynebydd cydwybodol yn ystod yr Ail Ryfel Byd. Oherwydd ei ddaliadau fel heddychwr :

- ***Collodd ei swydd fel athro.***
- ***Yn ystod Rhyfel Korea gwrthodod dalu ei dreth incwm.***
- ***Cafodd ei garcharu ddwywaith yn y 1960au am wrthod talu treth incwm, fel protest yn erbyn gorfodaeth filwrol***.



Yn 1953 ymunodd â'r Crynwyr. O flaen Tŷ'r Crynwyr, sef prif swyddfa'r mudiad, yn Llundain – dros y ffordd i orsaf drenau Euston – crewyd gardd wedi ei hysbrydoli gan ei gerdd **'Mewn Dau Gae'**. Ac mae ystafell gynhadledd yno wedi ei henwi yn ***'Waldo Williams Suite'.***

Roedd Waldo yn ddyn dwys, ond a chanddo synnwyr digrifwch mawr hefyd. Dyn a brofodd gariad, a galar mawr – bu farw ei wraig, Linda, o'r ddarfodedigaeth wedi dwy flynedd yn unig o briodas.

Yn ôl awdur y ddrama, Mererid Hopwood, fe dalodd Waldo Williams yn ddrud am ei egwyddorion. 'Efallai mai dyna pam', meddai, *'y tu ôl i ddelfryd y byd di-drais o chwarae teg, a'r tu hwnt i'r ddawn trin geiriau sy'n disgleirio drwy bob cerdd, mae tyndra sy'n ein hanesmwytho a'n llonyddu.'*

Heb os, cyflwynwyd y tyndra hwnnw yn effeithiol yn y ddrama, drwy gyfarwyddo celfydd Janet Aethwy, ag actio grymus ac emosiynol Ryland Teifi fel Waldo Williams.

Drwy gyflwyno'r tyndra hwnnw, gobaith Mererid Hopwood oedd gallu cyfleu *'sut y*mae Waldo'n dangos ffordd i ni o dywyllwch i oleuni' a dangos o'r newydd 'y Gobaith' yn ei waith.

Wrth inni ddathlu Gŵyl Dewi, da cael ein hatgoffa o rai o linellau enwocaf y bardd, ac yntau'n dod o fro enedigol ein nawddsant :

Ond goleuni Crist a ddwg
Ryddid i bob dyn a'i myn.
Gwyn eu byd, daw dydd a'u clyw,
Dangnefeddwyr, plant i Dduw.

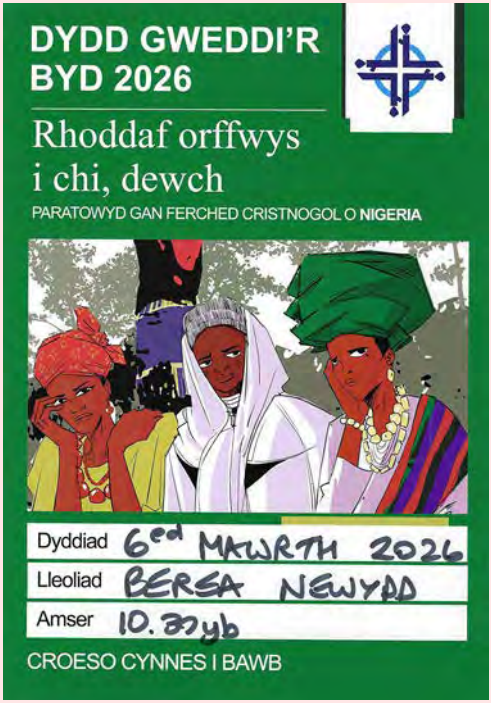
DIGWYDDIADAU CYTÛN BANGOR

Dyma restr o ddigwyddiadau gan eglwysi Cytûn Bangor yn ystod y misoedd nesaf. Mi fydd posteri yn dilyn ar gyfer digwyddiadau'r Pasg. Croeso cynnes i bawb.

6/3/26: **Dydd Gweddi'r Byd 2026** Paratowyd gan ferched Cristnogol Nigeria ar y thema ***"Rhoddaf orffwys i chwi, dewch."***

Oedfa Gymraeg am 10.30yb ym Merea Newydd. **--------->**

3/4/26: **Drama'r Pasg a Gorymdaith Gwener y Groglith** Cychwyn ger y Gofeb Rhyfel am 11.30yb, gan orymdeithio heibio'r Gadeirlan ac i lawr y Stryd Fawr hyd at Debenhams.



5/4/26: **Oedfa Bore Sul y Pasg**
Am 7.00yb ar ben "Roman Camp" gyda brecwast yn Eglwys Penrallt i ddilyn.

Fe fyddwn yn cynnal digwyddiadau i nodi **Wythnos Weddi am Undeb Cristnogol 2026** ar ddiwedd mis Mai, cyn hanner tymor. Rhagor o fanylion i ddilyn.

Eleri Lloyd Jones

PARATOI Y NEGESYDD

Diolch yn fawr iawn i Sian Eleri Morgan am gasglu a chydlynu'r wybodaeth ar gyfer y rhifyn yma o'r Negesydd a diolch i'r cyfranwyr i gyd.

Dylid gyrru'r cyfraniadau ar gyfer rhifyn Ebrill 2026 i gohebwyr Negesydd Ebrill :
Carol a Dylan Owen
ffon : 351551
ebost : *dol@btinternet.com*
gyda copi (cc) i'r Negesydd
ebost : *negesydd@btinternet.com*

CYFEIRIADUR EMAUS

ADEILAD A BWCIO YSTAFELLOEDD:
Wesley Evans
wesley.evans@phonecoop.coop
680858

BMS:
Siân Arwel Davies
arwelfa@hotmail.co.uk
713464

CYTÛN A CHYMORTH CRISTNOGOL:
Eleri Lloyd Jones
eleri.jones30@btinternet.com
364665

GWEINIDOG:
y Parchg Casi M Jones
gweinidog.emaus.bangor@gmail.com
07984 085267

MASNACH DEG:
Catrin Evans
catrin.evans@phonecoop.coop
680858

NEGESYDD - CYSODI:
Eirwyn Morris
negesydd@btinternet.com

NEGESYDD - ROTA GOLYGU:
Gareth Ffowc Roberts
ysgrifennydd.emaus.bangor@gmail.com
351243

PANED A SGWRS
Menna Roberts
garethamenna@btinternet.com
351243
Jennifer Thomas
gwjen@tiscali.co.uk
362125

ROTA BLODAU
Kath Jones
353313
Meriel Parry
merielparry@gmail.com
352205

ROTA'R ORGAN:
Enid Griffiths
712726

SWYDDOG DIOGELU:
Eleri Lloyd Jones
eleri.jones30@btinternet.com
364665

TI A FI:
Elen Lansdown
elen.lansdown@icloud.com
364843

TRYSORYDD:
David Llewelyn Jones
trysorydd.emaus.bangor@gmail.com
01766 522968

YSGRIFENNYDD ARIANNOL:
Dilwen Lloyd Jones
dilwen.emaus.bangor@gmail.com
364665

YSGRIFENNYDD CYHOEDDIADAU:
Rhianwen Huws Roberts
erwwen01@gmail.com
352726

YSGRIFENNYDD CYFFREDINOL:
Gareth Ffowc Roberts
ysgrifennydd.emaus.bangor@gmail.com
351243