

**Wythnos Cymorth Cristnogol**  
**9-15 Mai 2010**

**Gweddïau**

*(Dewiswch rhwng defnyddio ein Gweddïau ffurfiol neu'r Gorsafoedd gweddi ryngweithiol.)*

**Gweddïau ffurfiol o eiriolaeth**

Am ein bod yn gwybod dy fod yn caru pawb yn dy fyd, gweddïwn arnat  
Am ein bod yn gwybod fod pawb yn haeddu byw mewn urddas, gweddïwn arnat  
Am ein bod yn gwybod bod braint ein man geni yn rhoi i ni hawliau a chysuron a wrthodir i eraill gweddïwn arnat.

A'n gweddi yw:

Cymell ni i weithredu  
Cymell ni i fod yn wirioneddol hael  
Cymell ni i ddwyn dy Deyrnas di i fodolaeth

Gwelwn gipolwg o'th Deyrnas yn lonydd glanach Kiambiu, yn y blociau glanweithdra a godwyd gan Maji na Ufanisi, yn egni Catherine Kithuku a Catherine Nyaata, yn ôl traed casglwyr Wythnos Cymorth Cristnogol.

(ysbaid dawel)

Gwelwn fannau sy'n dal i ddyheu am ddyfodiad dy Deyrnas, ar strydoedd Matopeni, ymysg y toiledau sy'n hedan a'r gwelyau wedi ei gorlifo gan garthion, yng ngobeithion rhwystredig y tlodion ym mhob man, yn ein calonnau ninnau pan osodwn ein cysur a'n cyfleustra uwchlaw angen person arall.

(ysbaid dawel)

Dduw cariad, heddiw, yr wythnos hon, y flwyddyn hon, cymell ni i ddwyn dy Deyrnas di i fodolaeth.  
Amen.

**Gorsafoedd gweddi ryngweithiol**

*Dewiswch chi faint o'r gweddïau hyn yr ydych am eu defnyddio.*

**1. Dwy nef newydd**

*Bydd angen:*

- *papur a phensil*
- *y paragraff isod wedi ei argraffu fel arwydd*
- *(y brif stori – 'Rhown ddiwedd ar dlodi' - o'r gwasanaeth, os ydych yn defnyddio'r gorsafoedd yma ar wahân)*

'Yna gwelais nef newydd a daear newydd' (Datguddiad 21 ad1).

Cymerwch ddarn o bapur. Ar un ochr disgrifiwch neu tynnwch lun o'r hyn mae nefoedd newydd a daear newydd yn ei olygu i chi. Ar yr ochr arall disgrifiwch neu tynnwch lun o'r hyn allai nefoedd newydd a daear newydd ei olygu i Catherine Kithuku (yn Matopeni) a Catherine Nyaata (yn Kiambiu) yn Kenya.

## 2. Cyn ac ar ôl

*Bydd angen:*

- *lluniau Matopeni a Kiambiu (ar gael ar y DVD-rom Poverty – Let's End It)*
- *y paragraff canlynol wedi ei argraffu fel arwydd:*

Edrychwch ar y pethau sy'n wahanol yn y ddau lun, a rhowch ddiolch am bopeth a gyflawnwyd yn Kiambiu a gweddïo dros yr hyn sydd angen ei newid yn Matopeni.

## 3. Bendithion dŵr

*Bydd angen:*

- *cwpanau bach o ddŵr*
- *y paragraff canlynol wedi ei argraffu fel arwydd*

Cymerwch gwpanaid o ddŵr. Ystyriwch ddiwrnod arferol yn eich bywyd a chymerwch lymaid o ddŵr wrth fyfyrïo ar eich defnydd gwahanol o ddŵr.

Os oes dŵr ar ôl yn eich cwpan, meddyliwch am sut y byddwch yn defnyddio dŵr ar adegau arbennig neu ar wyliau gan barhau i gymryd llymaid.

Pan fydd eich cwpan yn wag, edrychwch ar y gwacter a cheisiwch ddychmygu eich bywyd pe bai dŵr yn brin iawn. Beth fyddai eich blaenoriaethau? Sut fyddech chi'n ymdopi? Trowch eich meddyliu yn weddi.

## 4. Salm yn eich amgylchiadau

*Bydd angen:*

- *copi o Salm 67*
- *y paragraff canlynol wedi ei argraffu fel arwydd:*

'Nid dim ond ar yr adegau da y mae Duw yn Dduw, neu pan fyddwn yn mwynhau pethau da. Y mae Duw yn Dduw ym mhob sefyllfa. Pan fyddwch yn sâl, y mae Duw yno. Oherwydd bod Duw wedi rhoi bywyd i chi, fe roddodd i chi yr awyr i'w anadlu.

Pam na ddylech foli Duw?'<sup>2</sup>

Everlyne Kithuku, chwaer Catherine

Dychmygwch eich bod yn byw yn Matopeni. Yr ydych yn cerdded heibio toiledau'n hedfan bob dydd. Weithiau bydd eich gwely'n gorlifo â charthion. Does dim man preifat na glân i chi fynd i'r toiled. Nawr darllenwch Salm 67 yn araf, fel tasech yn dal yn Matopeni. Beth mae'n golygu i foli Duw o dan yr amgylchiadau yma? A allech chi ei wneud?

## 5. Diwedd ar TLODI BYD?

*Bydd angen:*

- *arwydd gyda TLODI BYD wedi ei ysgrifennu mewn llythrennau bras*
- *papur, pensil a Blu-Tack*
- *y paragraff canlynol wedi ei argraffu fel arwydd*

A ellir dileu tlodi yn y byd? Ar ddarn o bapur, ysgrifennwch un peth mae'n rhaid ei wneud er mwyn lleihau tlodi - naill ai gan unigolion neu lywodraethau.

Defnyddiwch Blu-Tack i sticio'r papur ar draws rhan o'r gair TLODI BYD, yna edrychwch ar yr hyn mae pobl eraill wedi ysgrifennu. Meddyliwch am beth sy'n rhaid digwydd er mwyn gwneud i dlodi ddiffannu'n llwyr.

## 6. Llawenydd i ddod

Dangoswch y ffilm, *'Reflection - joy to come.'*

### **Cydnabyddiaeth:**

Mae nifer o'r dyfyniadau, gweddïau a'r straeon sydd yn y gwasanaeth yma yn codi o'r sgysiau rhwng ein cefnogwyr a'r bobl o Kenya y buont yn ymweld â hwy. Diolch arbennig i'r bobl ymroddedig yma am rannu eu geiriau a'u calonnau gyda Cymorth Cristnogol a'r cefnogwyr eraill eleni:

1. Catherine Kithuku, gweithredwraig gymunedol, Matopeni yn Nairobi, Kenya.
2. Everlyne Kithuku, chwaer Catherine, Matopeni, Nairobi, Kenya.
3. Jeremiah Muli, myfyriwr, Matopeni, Nairobi, Kenya
4. Catherine Nyaata, gweithredwraig gymunedol, Kiambiu yn Nairobi, Kenya.
5. Sue Burston, Trefnydd Wythnos Cymorth Cristnogol yn Wooler, Northumberland.
6. Alison Clarke, Cadeirydd Pwyllgor Wythnos Cymorth Cristnogol, Caerwrangon.
7. Rosalind McLaughlin, Cynrychiolydd Cymorth Cristnogol o Hollywood, Gogledd Iwerddon.
8. Parchg Nan Wyn Powell-Davies, cefnogwraig Cymorth Cristnogol o'r Wyddgrug, Gogledd Cymru.
9. Parchg Delroy Powell, cefnogwr Cymorth Cristnogol o Tooting, De Llundain.
10. Anthony Venelle, Trefnydd Wythnos Cymorth Cristnogol yng Nghaeredin, Yr Alban.

Lluniwyd ac ysgrifennwyd y gweddill o'r gwasanaeth gan Jenny Ayres, Liz Baddaley, Laura Bardwell, Pippa Dunn a Kate Tuckett. Cyfieithwyd y gwasanaeth i'r Gymraeg gan Cynthia Davies. Diolch arbennig hefyd i CompassionArt am fod yn bartneriaid yn Wythnos Cymorth Cristnogol 2010.