ADNODDAU ADDOLI

Darlleniad Beiblaidd: Luc 2: 1-20
[Mair a Joseff yn teithio i Fethlehem.
Geni Iesu. Y bugeiliaid yn dod i addoli.]

NODIADAU PREGETH – Y DAITH YN ÔL AT OBAITH YM METHLEHEM

- **Bethlehem gynt ac yn awr.** [Cyfeiriwch at y sefyllfa ym Methlehem] Mae Bethlehem yn symbol o'r gobaith mwyaf, ond hefyd mae'n ardal lle mae gwrthdaro a thlodi yn her aruthrol. Wrth weld y gwrthdaro yn Israel a thiroedd meddiant Palestina fe'n temtir i anobeithio, ond nid y darlun neis-neis a geir yn ein carolau oedd Bethlehem 2000 o flynyddoedd yn ôl. Roedd tlodi'n bresennol yno hefyd. Dewisodd Duw gael ei eni mewn tref orlawn oherwydd y cyfrifiad. Lle budr a drewllyd oedd y stabl, nid lle dymunol a gwladaidd.

- **Y tensiwn yng ngeni Iesu.** Mae stori'r Nadolig yn llawn dioddefaint, a brwydr un teulu cyffredin i sicrhau genedigaeth ddiogel i'w plentyn cyntaf. Mae pob dathlu yn y stori yn cael ei daflu i'r cysgod gan y dioddefaint oedd i ddod ar y groes a'r frwydr i oresgyn amgylchiadau anodd y presennol. Dyma ddyfodiad buddugoliaethus Brenin y Brenhinoedd, ond hefyd genedigaeth anhysbys Duw'r bobl fregus, a anwyd mewn tlodi a'i ddatguddio i'r mwyaf di-nod. Pan ddywed yr angylion wrth y bugeiliaid am eni Iesu gwelir y tensiwn hwn yn y gwrthgyferbyniad rhwng Luc 2:11 a 2:12.

- **Addoli mewn tlodi.** Nid arweinwyr crefyddol, gwleidyddion nac enwogion a glywodd gyntaf am eni Iesu, ond bugeiliaid –ymhlith y tlotaf yn y gymdeithas ar y pryd. Mae'r addolwyr cyntaf hyn yn adleisio'r Magnificat – 'Luc 1:52-53'

- I weld y baban Iesu, bu'n rhaid i'r bugeiliaid fodloni teithio o'u cynefin i fan nad oedd yn gwneud synnwyr rhesymegol. Ond yno maent yn gweld yr olygfa fwyaf godidog [Eglurwch berthnasedd hyn i ni, gwneud amser adeg y Nadolig i wrando ar straeon fel stori Noor Rabia, ac ymateb iddynt.]

- **Y daith i gyflawnder.** Yn yr ymgnawdoliad gwelwn y Duw sy'n uniaethu â ni yn ein gwendid, a hefyd y rhodd o Iesu sy'n adfer yr hyn a dorrwyd - fe unionir ein perthynas â Duw, ac fe wneir ffordd i adfer ein perthynas â'n gilydd. [Trafodwch sut y mae perthynas cywir rhwng rhoddwyr a'r YMCA, Fatin a Noor, a Noor a'i gyfoedion wedi arwain at iachâd ac adferiad].

- Yn Luc 4: 17-19 mae Iesu yn dyfynnu Eseia 61, gan ddisgrifio'i hun fel cyflawniad y broffwydoliaeth 'i bregethu'r newydd da i dlodion'. Mewn cyfres o osodiadau trawsnewidiol mae'n cyhoeddi teyrnas newydd sydd â chyfiawnder yn ei chanol.

- Fel dilynwyr Crist, cawn ein dwyn i mewn i'r gwaith yma. Ni ddylai ein taith i Fethlehem y Nadolig hwn orffen gyda dim ond uniaethu â'r tlawd. Rhaid hefyd mentro ar y gobaith y gall pethau fod yn wahanol iddynt. A rhaid dal ati i weithredu nes bod hynny'n digwydd. [Eglurwch y cysylltiad rhwng hyn â chefnogi apêl Nadolig Cymorth Cristnogol].

Sgwrs pob oed – teithiau i Fethlehem

Bydd angen:

- *dwy gadair, un ar bob ochr ym mlaen yr eglwys – rhowch label 'gartre' ar un ac 'ysgol' ar y llall.*
- *un gwirfoddolwr*
- *saith o lyfrau emynau, Beiblau neu lyfrau eraill*
- *lluniau o Noor Rabia [ar gael o www.christianaid.org.uk/christmas]*

1. **Gofynnwch pwy sy'n ymweld â theulu neu ffrindiau** dros y gwyliau: Pwy sydd â'r daith hiraf?
2. Gofynnwch i bawb **geisio cofio'r daith anoddaf** iddynt ei wneud.
3. **Mae stori'r Nadolig yn llawn o deithiau** ac fe glywsom am ddwy yn y darlleniad. Weithiau adeg y Nadolig cawn syniad anghywir am y teithiau hyn, a'r math o le oedd Bethlehem mewn gwirionedd. Gofynnwch i bobl gymharu eu taith waethaf hwy gyda realiti taith anodd Mair a Joseff … a'r lle oedd ganddynt i aros wedi cyrraedd?
4. **Mae'r Bethlehem fodern** yn y Lan Orllewinol, yn agos i Israel ond yn rhan o diroedd meddiant Palestina – rhan o'r byd lle mae llawer o frwydro. Mae'r **YMCA**, sy'n bartner i Cymorth Cristnogol yn gweithio yno, yn helpu pobl a effeithiwyd gan y gwrthdaro.
5. **Un o'r bobl yma yw Noor Rabia (17)** Mae Noor wrth ei fodd yn chwarae pêl-droed gyda'i ffrindiau. Mae Noor yn byw yn agos at ei ysgol, eto roedd y daith yno yn un o'r rhai hiraf yn y byd.

[Dangoswch lun o Noor, gyda'i fam efallai neu frawd neu chwaer iau. Mae'r rhain ar gael ar www.christianaid.org.uk/christmas. Adroddwch y stori a'i hactio fel yr awgrymir isod].

Esboniwch wrth bawb bod y gwirfoddolwr yn cynrychioli Noor. Yr unig beth sy'n rhaid gwneud yw mynd o 'gartref' i'r 'ysgol'.

[Rhowch y llyfr cyntaf yn ei law chwith] Mae teulu Noor yn dlawd, ac mae tiroedd meddiant Palestina yn dlawd, felly ni ddarperir cymaint o bethau am ddim ac a wneir yn y DU ac Iwerddon. Mae gofal meddygol er enghraifft yn ddrud iawn.

[Gofynnwch i'r gwirfoddolwr roi ei law dde y tu ôl i'w gefn] Niweidiwyd llaw dde Noor mewn ffrwydrad, felly ni allai ei ddefnyddio fel o'r blaen.

[Rhowch lyfr arall ar ei droed chwith neu ar ben y llyfr cyntaf] Gwnaeth hyn Noor yn ofnus.

[Ac un arall] Roedd yn poeni beth fyddai ei ffrindiau yn meddwl amdano.

[Ac un arall] Ni allai wneud pethau oedd yn hawdd o'r blaen, e.e. ysgrifennu. Gwnaeth hyn iddo deimlo'n wan.

[Ac un arall] Ac yn wahanol.

[Ac un arall] Ac yn unig.

[Rhowch y llyfr olaf ar ben y gwirfoddolwr] Roedd ei deulu yn rhy dlawd i allu ei helpu.

[Gofynnwch i'r gwirfoddolwr geisio cerdded i'r ochr arall] Aeth y daith yn amhosibl. Arhosodd adref ac nid oedd am weld ei ffrindiau. Roedd yn drist iawn ac ni fedrai weld unrhyw obaith i'w ddyfodol.

[Cerddwch tuag at y gwirfoddolwr] Ond does yr un sefyllfa sy'n rhy anodd ei goresgyn, pan fyddwn yn cydweithio ac yn dal i ymdrechu. Rydw i'n cynrychioli Fatin Al Shoppi sydd yn gweithio i'r YMCA, partner Cymorth Cristnogol.

[Tynnwch y llyfr cyntaf i ffwrdd] Bu Fatin yn helpu Noor i weld na ddylai roi'r gorau iddi.

[A'r nesaf] Esboniodd y byddai hi'n ei helpu heb fod ei deulu'n gorfod talu.

[A'r nesaf] Buont yn siarad am bopeth roedd e wedi'i ddioddef.

[A'r nesaf] Roedd hynny'n help iddo deimlo'n llai unig.

[A'r nesaf] Nid oedd modd gwella llaw Noor yn llwyr, ond fe brynodd Fatin a phartner Cymorth Cristnogol law blastig iddo i'w helpu i beidio teimlo ei fod mor wahanol.

[A'r nesaf] Fe'i helpodd hefyd i weld y gallai ddefnyddio cyfrifiadur. Nawr roedd ganddo obaith. A rheswm dros fynd yn ôl i'r ysgol.

[Dylai'r gwirfoddolwr ddal un llyfr yn ei law chwith, a chadw ei law dde y tu ôl i'w gefn]
[Plethwch eich braich ym mraich dde'r gwirfoddolwr a cherddwch yn hyderus i'r 'ysgol'] Erys rhai problemau. Ond bellach mae'r daith wedi dod llawer yn haws! Gyda'i gilydd mae Noor a Fatin wedi goresgyn problemau mawr Noor, a'i alluogi i fynd yn ôl i'r ysgol a chael dyfodol mwy disglair.

6. **Mae stori Noor yn unigryw.** Ond mewn llawer ffordd mae'n wir am gannoedd o blant eraill yn Israel a thiroedd meddiant Palestina, a miliynau o blant ar draws y byd. Dyna beth yw tlodi: methu gwneud, neu fethu cael y pethau symlaf y mae gan bawb hawl iddynt; neu fod heb reolaeth dros eich bywyd eich hun.

7. **Weithiau fe gredwn fod pethau mor anodd** yn y mannau yma fel **na fedrwn eu newid.** Ond dyw hynny ddim yn wir. Mae'r Nadolig yn ymwneud â'r ymgnawdoliad. Ystyr y gair yma yw dod er mwyn bod gyda rhywun. Dyna a wnaeth Iesu – fe ddaeth i fod gyda ni ar ein teithiau – pa mor anniben bynnag ydynt. A dyna beth mae'n gofyn i ni ei wneud dros bobl eraill hefyd. Dyna obaith y Nadolig.

<u>Gweddi o eiriolaeth</u>

Dad tragwyddol,
cofiwn am dref orlawn a stabl frwnt.
Cyflwynwn i ti bawb sy'n byw mewn mannau cyfyng,
yn enwedig plant a enir i ganol tlodi.
Cynghorwr rhyfeddol,
cofiwn am fugeiliaid ofnus a mam newydd mewn man dieithr.
Cyflwynwn i ti bawb sydd angen cyngor a chysur,
yn enwedig plant a welodd drais.
Tywysog tangnefedd,
cofiwn am wlad a feddiannwyd ac am daith anodd.
Cyflwynwn i ti bawb sy'n gorfod goresgyn effeithiau gwrthdaro ac ofn,
ac yn enwedig plant a anafwyd.
Brenin y brenhinoedd,
cofiwn am breseb a genedigaeth anhysbys.
Cyflwynwn i ti bawb a anghofiwyd gan y byd,
yn enwedig y plant sydd a'u dyfodol yn fregus.
Dduw pob gobaith: gyda ni, ynom ni, a throsom ni,
rho i ni dy obaith, dy gariad a'th ddewrder y Nadolig hwn
er mwyn i ni weithio â'n holl nerth i ddileu tlodi,
ym Methlehem ac ar draws y byd.
Amen.

Pwyntiau gweddi

- Gweddïwch dros Noor Rabia, ei deulu, a phlant eraill a effeithiwyd neu a anafwyd mewn gwrthdaro, a'u bod yn cael y gefnogaeth angenrheidiol i ailadeiladu eu bywydau.

- Diolchwch i Dduw am gynghorwyr fel Fatin Al Shoppi. Gweddïwch am egni, dewrder a gwydnwch iddynt yn eu gwaith**,** a'u bod hwy, a holl staff y YMCA, yn cael eu hamddiffyn rhag niwed.

- Gweddïwch yn arbennig am heddwch ym Methlehem a Jerwsalem.

- Gweddïwch dros bob mudiad, gan gynnwys partneriaid Cymorth Cristnogol, sy'n gweithio i leddfu dioddefaint, tawelu ofn, neu hyrwyddo heddwch, yn Israel a thiroedd meddiant Palestina.

- Gweddïwch am ddoethineb i arweinwyr Israel, tiroedd meddiant Palestina a llywodraethau rhyngwladol, ac ymrwymiad ganddynt am ateb dichonadwy a chynaliadwy i'r gwrthdaro. Gweddïwch hefyd y bydd y broses hon yn deg, ac yn rhoi ystyriaeth lawn i anghenion a hawliau'r holl bobl.

- Gweddïwch dros blant ac oedolion ar draws y byd sy'n byw mewn tlodi oherwydd gwrthdaro. Gweddïwch am ddyfalbarhad gan lywodraethau a chanolbwyntio gan ymgyrchwyr er mwyn sicrhau atebion cyflym a pharhaol, a dileu tlodi yn yr ardaloedd yma.

- Gweddïwn dros ein hunain a'n heglwysi – y cawn ein nerthu mewn gobaith, ein harfogi i ddal ati a bod yn brysur mewn gweithgarwch dros gymunedau tlawd y Nadolig hwn, ac yn y dyfodol.

Gweddi Bethlehem

Arwain ni i Fethlehem Arglwydd.
Dangos eto'r baban Iesu -
Brenin y Brenhinoedd mewn preseb

Atgoffa ni dy fod ti wedi dod atom heb rwysg,
ond mewn cariad tawel, afrad yn
sibrwd chwyldro:
'rhyddid rhag gormes
a newydd da i'r tlawd'

Arwain ni i fannau drylliedig –
defnyddia ni i adeiladu gobaith
a gweithio i'w trawsnewid.
Amen.

Ceir y weddi hon ar ein seren Nadolig. Er mwyn archebu sêr i bawb yn eich cynulleidfa ffoniwch 020 2084 4646 neu ewch i www.christianaid.org.uk/christmas.