

Wythnos Cymorth Cristnogol 2024

Gwasanaeth pob oedran

Cyflwyniad ar gyfer arweinydd y gwasanaeth

Mae gan Wythnos Cymorth Cristnogol y tro hwn weithgareddau a chwestiynau sy'n ceisio annog eich cynulleidfa i feddwl, myfyrio a siarad â'i gilydd. Os ydych chi'n credu bod hyn efallai yn anarferol i'ch cynulleidfa chi, efallai yr hoffech eu paratoi drwy ddweud wrthynt ymlaen llaw y bydd y gwasanaeth hwn yn gofyn cwestiynau ac yn gwahodd sgysiau.

Rydym yn gobeithio y bydd y gwasanaeth hwn yn gynhwysol a diddorol. Gyda hyn mewn golwg, rydym yn eich gwahodd i ddefnyddio iaith bob dydd fel bod modd i bawb gymryd rhan lawn yn y sgysiau a'r dysgu. Gallech hefyd ystyried sut i drefnu pobl fel y gallant siarad mewn grwpiau yn hawdd a chyfforddus yn yr adeilad y byddwch yn ei ddefnyddio.

Y cwestiynau mawr sydd wrth galon y gwasanaeth hwn yw:

- Rhoi cariad ar waith – sut mae hynny'n edrych yn ymarferol?
- Sut gallwn ni fod yn gymuned sydd wedi'i gwreiddio mewn cariad?

Croeso

Rhowch groeso i'ch cynulleidfa yn ei chyfanrwydd. Atgoffwch y gynulleidfa fod croeso i bawb gerbron Duw. Yn ifanc neu'n hen. Yn llawn dychymyg neu'n llawn doethineb. Y rhai sydd â lleisiau tawel a'r rhai sydd â lleisiau croch. Y swil yn ogystal â'r hyderus. Yr unigolyn sydd wedi dod ar ei ben ei hun neu sydd wedi dod gyda'r teulu. Y sawl sy'n ymweld am y tro cyntaf neu yno am y canfed tro! Mae croeso cynnes i bawb.

Atgoffwch eich cynulleidfa y gallai'r gwasanaeth heddiw fod braidd yn wahanol i'r arferol oherwydd fe fydd yna gwestiynau iddynt eu hystyried a chyfle i siarad a gwrandao ar ei gilydd. Mae hefyd yn wasanaeth i bob oed, felly bydd croeso i bawb gyfrannu. Bydd gan bob un ohonom ni syniadau a myfyrdodau sy'n werth eu rhannu.

Cofiwch sôn bod y gwasanaeth yr wythnos hon yn rhan o ddathliad Wythnos Cymorth Cristnogol. Gallech ofyn faint o bobl sydd wedi clywed am Gymorth Cristnogol, ac a ydynt yn gwybod beth mae Cymorth Cristnogol yn ei wneud.



Cân o'ch dewis

Stori

Soniwch eich bod yn mynd i ddarllen stori iddyn nhw, ond y byddwch hefyd yn oedi a myfrio gyda'ch gilydd mewn grwpiau ar adegau penodol.

Heddiw mae'n ffrainc cael rhannu stori Aline [ynganiad Aaaa-lîn] Nibogora. Er y gall y stori hon ein helpu i ddeall profiadau Aline a'r anawsterau mae hi'n eu hwynebu, mae'n rhaid i ni gofio bod mwy i Aline a'i chymuned na'r stori hon. Does dim gobaith i ni allu ailadrodd cymhlethdod llawn bywyd unrhyw un, ac ni ddylem ni wneud hynny, ond trwy rannu stori Aline heddiw, gallwn gael cip ar waith ac effaith Cymorth Cristnogol a'u partneriaid.

Sleid 1 – [Llun o Aline]. Byddwn yn clywed ac yn ystyried stori Aline ac felly'n dysgu ychydig mwy am waith Cymorth Cristnogol.

Sleid 2 – [Llun lloeren heb enwau o ganol Affrica]. Mae Aline yn dod o Burundi. Oes rhywun yn gwybod yn fras lle mae Burundi?

Sleid 3 – [Llun lloeren gydag enwau o Affrica]. Dangoswch ble mae Burundi ar y map sydd nawr wedi'i labelu'n glir. Mae Burundi yng nghanol Affrica. Mae'n wlad fynyddig iawn. Burundi yw un o'r gwledydd tlotaf yn y byd. Mae llawer o bobl yn byw mewn tlodi, ac mae'r rhan fwyaf yn dibynnu ar ffermio i ddarparu bwyd i'w fwyta a'i werthu. Mae gan Cymorth Cristnogol dri phartner lleol yn Burundi sydd â gwybodaeth leol hanfodol, dealltwriaeth o'r gymuned, a gwybodaeth arbenigol. Mae Cymorth Cristnogol yn cefnogi ac yn buddsoddi mewn partneriaid lleol sydd wedyn yn gallu darparu hyd yn oed mwy o gymorth sy'n newid bywydau.

Sleid 4 – [Llun o Aline yn ffermio]. Mae teuluoedd yn Burundi yn tyfu ffrwythau a llysiau fel bananas, tatws melys a ffa, yn ogystal â siwgr cansen, te a choffi. Mae ffermio'n waith caled, ond mae'n anoddach byth oherwydd bod Burundi, fel llawer o leoedd eraill, yn cael ei heffeithio gan yr argyfwng hinsawdd, sy'n cynyddu tymheredd byd-eang ac yn newid patrymau tywydd ar draws y byd. Mae nifer o ffermwyr yn gweld eu cnydau'n methu oherwydd tywydd eithafol fel sychder a llifogydd.

Mae teuluoedd hefyd yn wynebu llawer o heriau eraill. Yn union fel yn y DU, mae cost eitemau hanfodol bob dydd yn codi. Yn Burundi, nid oes gan y rhan fwyaf o deuluoedd gyflenwad dŵr i'w cartrefi, felly mae'n rhaid iddynt gasglu dŵr o



afonydd neu o fannau codi dŵr cyffredin. Mae gofal iechyd yn ddrud iawn, ac yn aml mae'n rhaid i chi deithio'n bell i weld meddyg neu nyrs.

Mae'r heriau y mae cymunedau fel un Aline yn eu hwynebu yn cael eu gwaethygu ymhellach gan yr argyfwng hinsawdd. Yr hyn sy'n dorcalonnus yw mai lleoedd fel Burundi sy'n dioddef yr effaith fwyaf difrifol, sef yr union fan lle'r oedd bywyd eisoes yn ddigon heriol. Ar ben hynny, pobl Burundi yw'r rhai sydd wedi cyfrannu leiaf at achosi'r argyfwng hinsawdd yn y lle cyntaf.

Sleid 5

Cwestiynau ar gyfer Myfyrio fel Grŵp

- Sut ydych chi'n meddwl mae pobl Burundi, fel Aline, yn ei deimlo ar ôl eu holl waith caled, wrth i'r cnydau maen nhw wedi'u tyfu i wneud bywoliaeth a bwyd eu teuluoedd fethu?
- Pa fath o emosiynau fydddech chi'n eu teimlo yn eu lle?
- Beth yw ystyr cael bywyd llawn?

Rhowch ddau funud i'r grwpiau rannu eu meddyliau - gofynnwch am un neu ddau o wirfoddolwyr i rannu ymatebion eu grŵp.

Sleid 6 - [Llun o Aline yn llwytho cynnyrch o'i chartref ar ei beic]. Mae bywyd yn Burundi yn anodd, ond cafodd Aline fywyd arbennig o anodd fel person ifanc ac am flynyddoedd lawer wedyn. Ar un adeg, doedd ganddi ddim lle i fyw. Ar ei phen ei hun, yn newynog a heb unman diogel i fynd, roedd hi'n fregus iawn. Collodd Aline gymaint, ond wnaeth hi ddim colli gobaith.

Yn benderfynol a gwydn, cafodd Aline gymorth gan bartneriaid Cymorth Cristnogol yn ei chymuned. Ar ôl derbyn hyfforddiant, roedd gan Aline y sgiliau a'r wybodaeth i sefydlu busnes bach a sefydlu Cymdeithas Cynilion a Benthyciadau i'r pentref gyda phobl leol eraill. Daeth Aline a'i chymdogion at ei gilydd i greu cronfa a oedd yn darparu benthyciadau i aelodau, yn ôl yr angen. Cymerodd Aline fenthyciad bach i sefydlu ei busnes ei hun yn gwerthu cnau daear ac afocados.

Trwy ei busnes, mae Aline wedi gallu prynu beic, adeiladu ei chartref ei hun, cael gwell mynediad at ofal iechyd, ac addysgu ei theulu.

Sleid 7 - [Llun o Aline yn dal brics]. Fodd bynnag, dim ond megis dechrau oedd hynny i Aline. Erbyn hyn, hi yw cadeirydd Cymdeithas Cynilion a Benthyciadau'r Pentref, a sefydlodd. Mae Aline yn defnyddio ei phrofiad i helpu i drawsnewid bywydau teuluoedd eraill sydd am wneud yr un peth ac adeiladu dyfodol mwy disglair gyda'i gilydd. Nawr, pan fydd cnydau'n methu, stormydd yn niweidio



cartrefi, a phobl yn mynd yn sâl, mae'r gymuned hon mewn sefyllfa i gydweithio i oresgyn yr heriau hyn.

Sleid 8 – [dyfyniad Aline]. Dywedodd Aline wrthym: 'Fe wnaeth yr hyfforddiant fy helpu i ddechrau arni, ac mae ganddo le arbennig yn fy nghalon ac yn fy meddwl. Rwy'n bwriadu ei drosglwyddo i'm plant ac i grwpiau eraill fel ein grŵp ni. Mae'n bwysig ein bod yn rhoi yn ôl ac yn hyfforddi'r rheini sydd heb gael cyfle fel hyn, i ddatblygu ein cymuned a'n gwlad.'

"Mae'r aelodau'n diolch i mi am yr hyfforddiant a'r effaith gadarnhaol a gafodd ar eu bywydau bob dydd. Mae pobl yn dod ata'i am eu bod nhw'n ymddiried ynof. Yma yn Burundi, mae cymydog yr un fath ag aelod o'r teulu.'

Sleid 9

Cwestiynau ar gyfer myfyrio

- Pa wers allwn ni ei dysgu gan Aline am roi cariad ar waith?
- Sut mae stori Aline wedi rhoi gobaith i chi?
- Ym mha ffyrdd y gallwn ni ymateb i stori Aline?

Gwahoddwch aelodau o'r gynulleidfa i rannu'r pethau maen nhw wedi'i ddysgu trwy stori Aline.

Cân o'ch dewis

Gweithgaredd myfyrio

Yn lle pregeth draddodiadol neu sgwrs, eglurwch y byddwch heddiw yn cynhyrchu'r dysgu allweddol gyda'ch gilydd fel cymuned gyfan. Bydd y gynulleidfa mewn grwpiau a bydd pob grŵp yn cael adnod o'r Beibl i'w hystyried. Mae dau gwestiwn i'w hystyried, a bydd angen dosbarthu nodiadau gludiog a phennau. Y ddau gwestiwn yw:

- Rhoi cariad ar waith – sut mae hynny'n edrych yn ymarferol?
- Sut gallwn ni fod yn gymuned sydd wedi'i gwreiddio mewn cariad?

Atgoffwch eich grwpiau i roi cyfle i bawb gyfrannu at y sgwrs. Byddant yn myfyrio ar gariad. Sut mae'n edrych, sut mae'n ymddwyn, beth mae'n ei wneud, a sut rydym ni fel eglwys yn cael ein galw i ddangos cariad Duw i'r byd.

Cyn i bawb wahanu'n grwpiau, mae'n ddefnyddiol fframio'r sgwrs, gan dynnu sylw at arwyddocâd cariad yn y traddodiad Cristnogol. Mae cariad yn hanfodol i'n dealltwriaeth o Dduw a'n perthynas wrth gymuno â Duw.



Fel Cristnogion, cawn ein galw i adlewyrchu cariad Duw yn y byd. Mae'n un o werthoedd craidd Cymorth Cristnogol ac yn rhan hanfodol o'i hunaniaeth fel mudiad sy'n seiliedig ar ffydd.

Prif adnod y Beibl ar gyfer Wythnos Cymorth Cristnogol eleni yw:

1 Corinthiaid 13:13 (BNET) Ar hyn o bryd mae gynnoch chi dri peth sy'n aros: ffydd, gobaith a chariad. Ond y mwya ohonyn nhw ydy cariad.

Mae'r geiriau wedi eu dewis am eu bod yn sôn am bwysigrwydd cariad fel nodwedd sylfaenol o'r cymeriad Cristnogol, ac mae stori Aline yn dangos cariad ar waith. Gofynnwch i'r grwpiau rannu beth mae'r adnod hon yn ei ddweud wrthynt am y ddau gwestiwn uchod. Mae croeso iddynt wneud cysylltiadau â darnau eraill a themâu diwinyddol.

Nesaf, rhannwch ddarnau pellach o'r Beibl am gariad gyda'ch grwpiau. Gallech ddefnyddio:

Mathew 5:43-48 (BNET): 43 "Dych chi wedi clywed i hyn gael ei ddweud: 'Rwyt i garu dy gymydog' (ac 'i gasáu dy elyn'). 44 Ond dw i'n dweud wrthoch chi: Carwch eich gelynyon a gweddiwch dros y rhai sy'n eich erlid chi! 45 Wedyn byddwch yn dangos eich bod yn blant i'ch Tad yn y nefoedd, am mai dyna'r math o beth mae e'n ei wneud – mae'n gwneud i'r haul dywynnu ar y drwg a'r da, ac yn rhoi glaw i'r rhai sy'n gwneud beth sy'n iawn a'r rhai sydd ddim. 46 Pam dylech chi gael gwobr am garu'r bobl hynny sy'n eich caru chi? Onid ydy hyd yn oed y rhai sy'n casglu trethi i Rufain ^{Ref} yn gwneud cymaint â hynny? 47 Ac os mai dim ond eich teip chi o bobl dych chi'n eu cyfarch, beth dych chi'n ei wneud sy'n wahanol? Mae hyd yn oed y paganiaid yn gwneud hynny! 48 Ond rhaid i chi fod yn berffaith, yn union fel mae'ch Tad nefol yn berffaith.

Marc 12: 30-31 (BNET): 30 Rwyt i garu'r Arglwydd dy Dduw â'th holl galon, ac â'th holl enaid, â'th holl feddwl ac â'th holl nerth.' 31 A'r ail ydy: 'Rwyt i garu dy gymydog fel rwyt ti'n dy garu dy hun.' Does dim un gorchymyn sy'n bwysicach na'r rhain."

Colosiaid 3: 12-17 (BNET): 12 Mae Duw wedi'ch dewis chi iddo'i hun ac wedi'ch caru chi'n fawr, felly dangoswch chithau dosturi at bobl eraill, a bod yn garedig, yn ostyngedig, yn addfwyn ac yn amyneddgar. 13 Byddwch yn oddefgar, a maddau i eraill pan dych chi'n meddwl eu bod nhw ar fai. Maddeuwch chi i bobl eraill yn union fel mae'r Arglwydd wedi maddau i chi. 14 A gwisgwch gariad dros y cwbl i gyd – mae cariad yn clymu'r cwbl yn berffaith gyda'i gilydd. 15 Gadewch i'r heddwch mae'r Meseia'n ei greu rhyngoch chi gadw trefn arnoch chi. Mae Duw wedi'ch galw chi at eich gilydd i fyw fel un corff ac i brofi realiti'r heddwch hwnnw. A byddwch yn ddiolchgar. 16 Gadewch i'r neges wych am y Meseia fyw ynoch chi, a'ch gwneud chi'n ddoeth wrth i chi ddysgu a rhybuddio'ch gilydd. Canwch salmau,

emynau a chaneuon ysbrydol i fynegi eich diolch i Dduw. 17 Gwnewch bopeth gan gofio eich bod yn cynrychioli yr Arglwydd Iesu Grist – ie, popeth! – popeth dych chi'n ei ddweud a'i wneud. Dyna sut dych chi'n dangos eich diolch i Dduw.

1 Ioan 4: 7-10 (BNET): 7 Gyfeillion annwyl, gadewch i ni garu ein gilydd, oherwydd o Dduw y mae cariad, ac y mae pob un sy'n caru wedi ei eni o Dduw, ac yn adnabod Duw. 8 Y sawl nad yw'n caru, nid yw'n adnabod Duw, oherwydd cariad yw Duw. 9 Yn hyn y dangoswyd cariad Duw tuag atom: bod Duw wedi anfon ei unig Fab i'r byd er mwyn i ni gael byw drwyddo ef. 10 Yn hyn y mae cariad: nid ein bod ni'n caru Duw, ond ei fod ef wedi ein caru ni, ac wedi anfon ei Fab i fod yn aberth cymod dros ein pechodau. 11-12 Ffrindiau annwyl, os ydy Duw wedi'n caru ni gymaint â hyn, dylen ninnau hefyd garu'n gilydd. Does neb erioed wedi gweld Duw; ond os ydyn ni'n caru'n gilydd, mae Duw yn byw ynon ni ac mae ei gariad yn dod yn real yn ein bywydau ni.

Dim ond ein hawgrymiadau ni yw'r pedwar darn ychwanegol hyn, ac efallai y bydd rhai eraill yr hoffech eu dewis i'r gynulleidfa eu hystyried. Gallech roi'r un darn i fwy nag un grŵp, er mwyn cael gwahanol argraffiadau ac ymatebion i'w rhannu.

Gweithgaredd gweddïau

Yn stori Aline, gwelsom sut mae hi wedi bod yn creu cartref i'w theulu, ac yn adeiladu cymuned gryfach trwy ei gwaith caled, ei hymroddiad a'i chariad. Mae hi wedi rhoi cariad ar waith. Wrth i ni ystyried beth yw cariad ar waith, dyma gyfle i chi greu 'wal o weddïau'.

Gan ddefnyddio papur sgrap (ar draws), gwahoddwch eich cynulleidfa i ysgrifennu gweddïau sy'n ymateb i stori Aline a'r sgysiau maent newydd eu cael. Ar ddiwedd y gwasanaeth, rhowch y casgliad ar fwrdd arddangos ar ffurf briciau i greu wal.

Efallai y byddai'n ddefnyddiol ail-ddarllen prif adnod y gwasanaeth:

1 Corinthiaid 13:13 (BNET): Ar hyn o bryd mae gynnoch chi dri peth sy'n aros: ffydd, gobaith a chariad. Ond y mwya ohonyn nhw ydy cariad.

Gallai pobl ystyried y canlynol:

- y pethau a welwch chi os yw cariad yn cael ei roi ar waith
- sut mae modd rhoi cariad ar waith yn lleol
- sut mae modd rhoi cariad ar waith i'n cymdogion ledled y byd.



Gweithgaredd Dewisol

Dyma weithgaredd i'w wneud yn y gwasanaeth, neu rywbryd eto. Fel rhan o Wythnos Cymorth Cristnogol, hoffem bwysleisio'r cyfle gwerthfawr i ddylanwadu ar ein harweinwyr gwleidyddol wrth i'r etholiad cyffredinol nesáu. Mae gwahoddiad i gymunedau eglwysig ymuno â ni a chreu baneri 'Rhoi Diwedd ar Dlodi' a'u hongian mewn lle amlwg ar ein hadeiladau. Mae baneri yn arwydd o ymrwymiad eich eglwys i roi cariad ar waith ac ymuno â chenhadaeth Duw i greu byd teg a chyfiawn i bawb. I ddysgu mwy, cymerwch olwg ar yr adnodd *Gwneud Baner DIY* ar wefan Cymorth Cristnogol.

Gweithgaredd Dewisol

Gwylwch y ffilm fer hon '7 Days, so many ways' i ddysgu sut i gymryd rhan yn Wythnos Cymorth Cristnogol a pham ei fod yn achos gwych.

Cân o'ch dewis i gloi

Wrth i chi ddod â'r gwasanaeth i ben fel arfer, gall fod yn foment berthnasol a phwerus i wahodd aelodau o'r gymuned i ddarllen eu gweddiau ysgrifenedig am y modd y gallwn ni fel eglwys gyfan fod yn gymuned sy'n adlewyrchu cariad Duw tuag at y byd ehangach.

Mae'r gras ar ddiwedd y gwasanaeth hefyd yn weddi arbennig sy'n adlewyrchu ein hymrwymiad cyffredin fel cymuned o Gristnogion i fyw ein ffydd fel y gall eraill weld a phrofi cariad a brawdgarwch. Mae rhannu'r Gras yn ffordd addas o orffen y gwasanaeth hwn sy'n canolbwyntio ar y gymuned a phobl o bob oed.

