PERTHYN

Ebrill 2025 Rhifyn 335

‘Ti, friallen fach ar lawr,
Dan goronog wlith y wawr,
  Yn disgleirio ’ngolau’r haul –
  Duw fu’n gwneud mor hardd dy ddail.
Chwithau’r ŵyn sy’n chwarae’n llon
Yn yr heulwen ar y fron,
  Gofal Duw amdanoch sydd
  Drwy y nos fel yn y dydd.’

Elfed (1860–1953)

Gair y Gweinidog

Ym 1997 penderfynodd y ddau ohonom ymweld â gwlad Israel. Er mwyn osgoi arferion y 'Weinidogaeth' dyma drefnu'r daith gyda chwmni seciwlar gan rannu'r wythnos gyda phump arall: mam a mab o Iwerddon, merch o Iwerddon a dau o Lundain. Cafwyd wythnos dda gyda'r grŵp yn asio'n naturiol dan arweiniad Daniel ein tywysydd a'r gyrrwr.

Cryfder grŵp bach ar unrhyw daith yw ei bod yn bosibl ymweld â mannau na all bws mawr eu cyrraedd, a dyna fu ein hanes trwy gydol yr wythnos. Cafwyd cyfle i ymweld â mannau hanesyddol a Beiblaidd ac yn eu plith, y Negef, sef yr anialwch, a threulio amser yn lletya gyda rhai o bobl yr anialwch, sef y Bedouins. Ar y pryd roedd Llywodraeth Israel yn ceisio eu symud o'r anialwch i fyw yn y trefi a'r dinasoedd gyda'r gred y byddai hyn yn gam ymlaen. Haws credu ei fod yn esiampl bellach o reolaeth heb sylweddoli ei bod yn amhosibl newid ffordd hynafol o fyw.

Wrth feddwl am y prynhawn hwnnw oedd yn llawn lletygarwch a chroeso ynghanol sychder yr anialwch, ni all rhywun ond cofio am brofiad yr Iesu'n encilio cyn dechrau ei weinidogaeth gyhoeddus. Fel y gwyddoch, fe enciliodd i'r anialwch a chael ei demtio – temtasiynau oedd yn cynrychioli dewisiadau, a dewisiadau fyddai'n arwain at boblogrwydd a llwyddiant. Ond dewis llwybr gwahanol a wnaeth yr Iesu – llwybr sy'n ei amlygu ei hun yn ei faniffesto fawr, y Bregeth ar y Mynydd:

> 'Gwyn eu byd y tangnefeddwyr,
> oherwydd cânt hwy eu galw'n blant i Dduw.'

Nid yn unig hanes yr Iesu yn cael ei demtio sydd yma ond hefyd y ddealltwriaeth o ddioddefaint. Lle diffaith oedd yr anialwch ac mae cyfnod y Grawys yn galw arnom i fyfyrio ar y ddealltwriaeth yna. O ddechrau ei weinidogaeth gyhoeddus, llwybr dioddefaint oedd llwybr yr Iesu ac fe welir bywydau ei ddilynwyr yn yr un goleuni. Ar y naill law mae ein bywydau yn llawn bendithion a hynny'n alwad i agor ein

llygaid a meddu ar galonnau diolchgar, ond ar y llaw arall tystiwn i realiti treialon a dioddefaint a'u heffaith ar galon a meddwl. Perygl y realiti hwnnw yw creu chwerwder a drwgdeimlad ac yn enwedig felly yn ein dealltwriaeth o Dduw. Faint sydd wedi troi eu cefnau ar ffydd a'r Eglwys oherwydd digwyddiadau cymhleth a dolurus bywyd, heb sylweddoli bod Duw trwy waith ei Lân Ysbryd yn rhoi nerth a chysur ac arweiniad i ni yn ein profiadau a'n hymdrechion i ddeall. Gyda'r ddealltwriaeth a'r argyhoeddiad yna, down at graidd y Ffydd Gristnogol, datguddiad o Dduw ym mherson yr Iesu, trosom a gyda ni, dechrau newydd a bywyd newydd.

Mae'r rhifyn hwn o *Perthyn* yn ein darparu ar gyfer y Pasg, gyda'r alwad i ddathlu'r ddealltwriaeth o fywyd newydd. Pinacl dioddefaint yr Iesu oedd y Groes gyda'i holl hagrwch, ond mae'n ddioddefaint sy'n arwain at atgyfodiad. Gall ein dealltwriaeth o'r atgyfodiad fod mor amrywiol; dyna sy'n gwneud y cyfan yn gymaint o ddirgelwch, ond yn ein hymdrechion i ddeall, a'r alwad i ddilyn yr Iesu, ceir y ddealltwriaeth ganolog a rhyfeddol o faddeuant a bywyd newydd.

Onid dyna neges y Pasg i fyd toredig – dechrau newydd yn ein perthynas â Duw a'n cyd-ddyn.

Pwy sy'n dweud nad oes gan Gristnogaeth ddim i'w gynnig heddiw!

'Pam yr ydych yn ceisio ymhlith y meirw yr hwn sy'n fyw?
Nid yw ef yma; y mae wedi ei gyfodi.'

Pasg bendithiol i chi gyd.

Eifion

COFIWCH ymweld â gwefan Capel y Morfa i gael y newyddion diweddaraf – ac mae croeso i chi gyfrannu!
www.capelymorfa.cymru

COFIWCH hefyd ddilyn cyfrif Capel y Morfa ar Facebook

Newyddion Ebeneser

Cofion . . .

Anfonwn ein cofion a'n dymuniadau gorau at ein haelodau a'n cyfeillion yn Ebeneser.

Anfonwn ein cofion at y rhai sy'n derbyn gofal yn eu cartrefi ac sy'n methu ymuno yn y gwasanaethau. Rydym yn cofio'n gynnes iawn atoch.

Cydymdeimlad

Cydymdeimlwn ag Eileen Jones a Rhys a'r teulu ar farwolaeth Rhian, merch-yng-nghyfraith Eileen – priod Rhys a mam Gruffydd ac Anwen. Cydymdeimlwn yn ddwys â'r teulu oll yn eu colled a'u hiraeth.

Gwasanaethau

Diolch i Raymond Davies am arwain y gwasanaeth yn Ebeneser brynhawn Sul, 16 Mawrth, ac i Helen Davies, ei briod, am gyfeilio ar yr organ.

6 Ebrill – Gwasanaeth Cymun
20 Ebrill – Gwasanaeth

Bydd y gwasanaethau o dan arweiniad y Gweinidog, y Parch Eifion Roberts.

I'r rhai sydd heb fod yn yr oedfaon yn Ebeneser, beth am ymuno ambell Sul? Mae bob amser groeso cynnes yn eich disgwyl.

Newyddion Morfa

Anfonwn ein cofion at Arwyn Roderick, John Hill a Huw Williams (Llandre) sydd wedi bod yn yr ysbyty, ac at y rhai sydd yn derbyn gofal mewn cartrefi gofal neu eu cartrefi eu hunain.

Cydymdeimlo

Cydymdeimlwn ag Eileen Jones a Rhys a'r teulu yng Nghaerfyrddin ar farwolaeth Rhian, merch-yng-nghyfraith Eileen – priod Rhys a mam Gruffydd ac Anwen.

Cydymdeimlwn hefyd â David Alun Jones ac Elsbeth Jones ar farwolaeth eu cefnder, sef Mr Eifion Morice, Llangwyryfon.

Dymuniadau Gorau

Dymunwn yn dda i Richard Jones a Lauren a fydd yn priodi yng Nghapel y Morfa ar 12 Ebrill.

Dymunwn yn dda i Gwion Morgan Jones pan fydd yn ymuno â llong fordaith am gyfnod fel unawdydd adloniant.

Dymuniadau gorau i Eluned Jones sydd wedi dathlu ei phen blwydd yn 80 yn ddiweddar.

Llongyfarchiadau

Mae'r plant a'r ieuenctid wedi bod yn brysur iawn yn cymryd rhan yn Eisteddfodau'r ysgolion ac Eisteddfodau'r Urdd mewn cystadlaethau llwyfan, llên a chrefft. Llongyfarchiadau i'r rhai sydd wedi ennill tlws neu wobr arbennig ac i bawb sydd bob amser yn ymdrechu ac yn rhoi o'u gorau.

DAVID MEIRION EDWARD JONES

Un o bobl Corris oedd Dai, a dylanwad yr ardal arbennig yna o Feirionnydd yn drwm ar ei gerddediad. Wedi derbyn ei addysg gynnar yn lleol, ymunodd â'r Llu Awyr a bu'r profiad yn ddarpariaeth ar gyfer ei hyfforddiant pellach fel plismon. Dechreuodd ar ei yrfa yn Aberystwyth gan symud ymhen amser i ardal Aberteifi a Chastell Newydd Emlyn.

Un o'r hen deip oedd Dai a gallwn ddychmygu ei berthynas gyda chymeriadau gwaelod sir Aberteifi. Roedd ganddo amser i sgwrsio a dod i adnabod pobl a byddai wrth ei fodd yn sôn am drigolion yr ardaloedd hynny a fu'n gartref ac yn faes gwaith iddo. Dychwelodd i ardal Aberystwyth gan weithio i Swyddfa'r Crwner hyd ei ymddeoliad.

Ond nid dyn i segura oedd Dai ac felly dechreuodd Ysgol Yrru a thrwy'r alwedigaeth honno daeth i adnabod cenhedlaeth o bobl ifanc fydd yn ddyledus iddo trwy gydol eu bywydau. Yn hamddenol braf, byddai'n cyfarch hwn a'r llall wrth yrru a hyfforddi, a phawb yn ei adnabod gan fod yr arwydd ar ben y car yn fawr ac yn amlwg! Nid taith ar ei ben ei hun oedd taith Dai ond yn hytrach yng nghwmni ei annwyl Ann, fu'n gefn iddo ar hyd y blynyddoedd gyda'r ddau yn deall ei gilydd i'r dim. Daeth y ddau yn dad a mam i Sian ac Elin a hwythau ymhen amser yn magu teuluoedd eu hunain a Dai ac Ann yn dod yn dad-cu a mam-gu, yn hen dad-cu a mam-gu, annwyl a gofalus. Byddai'r sgwrs ar yr aelwyd bob amser yn cynnwys hanesion y genhedlaeth newydd, a chariad a gofal Dino, Isobel, Adam, Rebecca a'u teuluoedd yn destun balchder.

Yn ystod y blynyddoedd diwethaf bu'n rhaid i Ann fynd i gartref Cwmcynfelin a bu ymweliadau cyson a chydwybodol Dai yn gysur ac yn gynhaliaeth iddi. Fe barhaodd y croeso ar aelwyd 12 Tan-y-berth a Dai wrth ei fodd yn adrodd hanesion am y gorffennol a'r presennol. Yn dilyn damwain cyn y Nadolig bu taith y misoedd diwethaf yn anodd iddo ac ar 25 Ionawr bu farw'n dawel ac yntau'n 91 mlwydd oed. Tristwch pellach oedd marwolaeth Ann y diwrnod canlynol ond er y golled i'r teulu y cysur mwyaf yw bod y ddau bellach gyda'i gilydd.

Cydymdeimlwn yn ddwys â Sian ac Elin a'r teulu cyfan yn eu profedigaeth.

Bu angladd Dai ac Ann yn Amlosgfa Aberystwyth ar 17 Mawrth dan arweiniad y Parch Eifion Roberts.

Astudiaeth Ffydd a Phaned

Rydym wedi derbyn bendith wrth astudio'r gyfrol *Byw'r Weddi (Gweddi'r Arglwydd)* a thrafod y themâu oedd yn codi. Erbyn hyn rydym yn symud ymlaen at astudio rhannau o'r Hebreaid gan dreulio cyfnod yn myfyrio ar y Grawys a'r Pasg. Rydym wedi croesawu aelodau newydd ac mae hynny'n galonogol iawn. Os ydych yn dymuno ymuno cysylltwch ag Eifion os gwelwch yn dda.

Cydymdeimlad

Yn drist iawn rydym wedi colli Dr Iestyn Daniel oedd yn aelod ffyddlon o'r Astudiaeth Ffydd a Phaned a'i gyfraniadau mor gyfoethog a didwyll. Cydymdeimlwn yn ddwys â'i briod, Anne Uruska, a'r merched, Gwenllian, Rhianwen a Heddwen a'r teulu oll.

Llawenydd mawr i Iestyn ac Anne oedd gweld genedigaeth eu gor-wyres gyntaf, Arianwen, adeg y Nadolig.

CROESO CYNNES . . .

COFIWCH am y **CROESO CYNNES** (Paned, Cawl a Chymdeithas) yn Festri'r Morfa bob dydd Mercher o 11 tan 2 o'r gloch.

Diolch yn fawr i bawb sy'n cynorthwyo ac yn croesawu.

Mae croeso cynnes i bawb.

Cinio Bara a Chaws er budd Cymorth Cristnogol

Bydd y cinio Bara a Chaws nesaf **yn Seion, Stryd y Popty**, **ddydd Llun**, **7 Ebrill**, rhwng 12.00 a 1.30pm.

Byddai'n braf gweld nifer o aelodau'r Morfa yn y Festri.

Croeso cynnes i bawb – Dewch i gefnogi!

DIOLCH

Bore Sul, 2 Mawrth

Cyfanswm y casgliad yn dilyn yr oedfa Gŵyl Ddewi 2 Mawrth oedd **£420**. Penderfynwyd bod yr arian i'w rannu rhwng y Man Cynnes, HAHAV a Hosbis Hafren.

Dydd Llun, 3 Mawrth

Yn ystod cinio Cymorth Cristnogol yn y Morfa ar 3 Mawrth casglwyd **£312**.

Diolch yn fawr am eich cefnogaeth a'ch cyfraniadau – mae'r cyfan yn cael ei werthfawrogi.

Cylch Gweddi a Choffi bore dydd Mawrth

Mae'r Cylch Gweddi a Choffi sy'n cyfarfod bob bore Mawrth yn cyfarfod yn y Festri (10.30) ac ar Zoom (11.00) am yn ail wythnos.

Astudiaeth Ffydd a Phaned – ar ddyddiau Gwener am 2 o'r gloch ar Zoom

Mae'r Astudiaethau Ffydd a Phaned yn cyfarfod ar Zoom bob prynhawn Gwener am 2 o'r gloch.

Croeso cynnes i bawb. Ceir manylion am y ddau gyfarfod gan Eifion.

DARLITH FLYNYDDOL MORLAN-PANTYFEDWEN 2025

'Heddychiaeth a Chenedlaetholdeb E. Prosser Rhys'

Darlith gan y Dr Gareth Evans-Jones, Prifysgol Bangor

Nos Lun 12 Mai, 2025
5.30 o'r gloch

yng Nghanolfan Morlan, Morfa Mawr, Aberystwyth

Canolfan Morlan / Ymddiriedolaeth James Pantyfedwen
01970 612806 / post@jamespantyfedwen.cymru

Mwy o fanylion yn rhifyn nesaf *Perthyn*

Dyddiadau i'w cofio . . .

Cymdeithas y Morfa

Cynhelir Helfa Drysor ym mis Mehefin – mwy o fanylion i ddilyn.

Swper Gŵyl Ddewi Cymdeithas y Morfa, 24 Chwefror

Daeth nifer dda o aelodau'r Gymdeithas at ei gilydd yng Ngwesty'r Marine, nos Lun, 24 Chwefror, i Ddathlu Gŵyl ein Nawddsant. Cafwyd gair o groeso gan Robin, ein Cadeirydd, ac offrymwyd gras gan Eifion, ein gweinidog.

Mwynhawyd bowlen dda o gawl traddodiadol cig oen neu lysieuol blasus gyda bara a chaws ac i ddilyn dewis o bwdin afal neu siocled danteithiol wedi ei weini gan staff cyfeillgar y gwesty.

Wedi'r wledd, cyflwynodd Robin ein siaradwraig wadd, Mair Tomos Ifans, sy'n hen gyfaill iddo, gan grynhoi ei chefndir yn Abergynolwyn a Harlech, sir Feirionnydd (nid De Gwynedd fel y meiddiodd Robin awgrymu!). Cyfeiriodd at ei hamryfal ddoniau fel actores, cantores, sgriptwraig, storïwraig a thelynores, gan nodi ei bod yn 'Gyfarwydd' yn yr hen ystyr, gyda'r ddawn i adrodd storïau a chwedlau, canu alawon traddodiadol a chyflwyno arferion gwerin Cymru.

Cawsom noson o adloniant arbennig yn ei chwmni hi a'i thelyn 'Georgina', un o delynau George Morris, Porthmadog, y llwyddodd Mair i'w phrynu ar eBay wedi cynnig '*cheeky bid*' o £200 berfeddion nos wrth fethu cysgu, a chawsom y stori o deithio i Torquay i'w nôl.

Wedi iddi ganu un o'i hoff alawon 'Ambell i Gân' fe adroddodd gefndir y gân 'Pistyll y Llan' a chysylltiad y gantores Leila Megane a'i gŵr Osborne Roberts â hi ac fe'n gwahoddwyd i'w chyd-ganu. Soniodd Mair bod pobl Llanfachreth yn honni mai eu pistyll nhw yw'r pistyll yn y gân.

Yna aeth â ni ar daith tonau emynau sy'n gynwysiedig yn *Y Caniedydd* (cyfeiriodd at *Caneuon Ffydd* gyda'i thafod yn ei boch fel 'Y Fricsen'!) ar y delyn gan ddechrau gyda thôn 'Mawddwy' gan delynor Mawddwy a chafwyd peth o'i hanes yntau. Ymlaen wedyn at Dal-y-llyn, tôn ddawns ei naws cyn cyrraedd pen y daith gyda thôn Abergynolwyn.

Wedyn adroddodd Mair ychydig o hanes Cadfan Sant a ddaeth

draw o Lydaw gan sefydlu *class* yn Nhywyn ac eglwys yn Llangadfan. Ef oedd Abad cyntaf Ynys Enlli, lle bu Mair yn byw am flwyddyn, a soniodd am hen, hen lwybr Cadfan o Dywyn i Langadfan ac ar ei hyd ceir Eisteddfa Cadfan, Bryn yr Eglwys a Ffynnon Cadfan. Fe'n diddorodd â chwedl am Sant Cadfan yn mynd ar goll yn y niwl ar ben mynydd ac wrth iddi nosi, penderfynodd aros yno. Yn sydyn gwelodd olau yn y pellter a dewisodd lithro i lawr y llethr i'r dyffryn islaw lle y gwelodd adeilad. Agorwyd y drws iddo gan forwyn o'r enw Cadi a chyfarfu â'i meistres, Ann. Cynigiwyd llety iddo am y nos a chafodd noson dda o gwsg, y gorau ers tro.

Ond pan ddeffrodd doedd yna ddim sôn am yr adeilad nac am Cadi ac Ann. Gorweddai mewn cae a charreg yn obennydd. Credai Cadfan fod yna reswm am hyn ac aeth ar ei ffordd i Langadfan. Yn ôl y sôn yn lleol, ar ôl Cadi'r forwyn ac Ann ei meistres o'r chwedl hon yr enwyd Cwm Cadlan.

Cawsom flas ar ddawn barddoni Mair wrth iddi adrodd ei cherdd ‘Glannau Gwernol’ a ysgrifennodd ar gyfer cyfrol o’r enw *Afonydd: Cerddi Afonydd Cymru* a gyhoeddir gan Wasg Arachne ar 27 Mawrth eleni. Ar lannau Gwernol y’i magwyd a’i hatgofion hapus o’r gorffennol yno a’i thristwch am y presennol yw hanfod y gerdd. Mae’n werth ei darllen. Mynnwch gopi o’r gyfrol!

Pan oedd yn blentyn ymwelai Mair â’i thaid a’i nain yn Aberdyfi ac ymgyfarwyddodd â chân dorcalonnus Ceiriog sy’n adrodd tristwch ‘Bugail Aberdyfi’. Ond cred Mair bod Menna, gwraig y bugail, wedi cael ‘*bad press’* felly aeth ati i greu parodi celfydd o’r gân i amddiffyn y ddynes a rhoi ei hochr hi o’r stori gan gynnwys llinellau doniol yn dweud nad oedd gan yr hen fugail syniad o beth oedd gwthio pram i fyny mynydd Aberdyfi!

Amrywiol fwytai Aberdyfi oedd ei hysbrydoliaeth i’r gerdd ‘Tamaid i Aros Pryd’ ac ynddi mae’n personoli gwahanol fwydydd megis ‘Steve y stecen’ ac ‘Arfon yr afocado’. Yna clywsom ei thelyneg wefreiddiol i ddynes yn ei chymuned, un o’r bobl hynny ys dywed Mair sy’n mynd yr ail filltir, a’i diweddglo yn gwneud i ni gwestiynu ein hunain.

Wedi pwt o gerdd dant ac adrodd stori am fwgan Fferm y Clemi, soniodd Mair bod ei diweddar dad yn hoff iawn o gân werin am simdde. Felly fe ysgrifennodd hi at yr awdurdod, sef Merêd, ac o fewn dim anfonodd ati gopi o’r gân ‘Y Simdde Fawr’. A dyna sut y daeth y noson arbennig hon i ben, yn cyd-ganu’r gân yn ddigyfeiliant gydag afiaith arferol aelodau’r Gymdeithas.

Diolchwyd yn ddiffuant i Mair gan Robin am ein diddanu yn ei ffordd hynaws, unigryw ei hun, ac i staff Gwesty’r Marine am yr arlwy hyfryd.

Y Gymdeithas – 10 Mawrth 2025
Noson yng nghwmni Mr John Howard Jones

Menai gadeiriodd y noson am fod Robin i ffwrdd a Mary Olwen Owen oedd yng ngofal y defosiwn.

Y gŵr gwadd oedd Mr John Howard Jones, cyn Bennaeth Gwasanaethau Sensori Ceredigion. Ond y mae gyrfa Howard yn llawer ehangach na'i gyfnod yn y sir hon.

Yn enedigol o Gwm-gors, mynychodd Ysgol Ramadeg Pontardawe lle y datblygodd ddiddordeb mewn drama o dan arweiniad y diweddar Eic Davies a oedd yn ddylanwad mawr arno. Graddiodd mewn drama ym Mhrifysgol Caerdydd gyda'r bwriad o weithio y tu ôl i'r llenni, nid fel actor. Ond daeth yr awydd ynddo i weithio dramor, felly dyma ymuno â Voluntary Services Overseas (VSO) a chael ei anfon i Aswan yn yr Aifft. Cyn mynd yno treuliodd amser ym Mhrifysgol Reading yn dysgu Arabeg ac yn astudio cwrs i'w gymhwyso i ddysgu Saesneg fel iaith dramor.

Tra yn Aswan cafodd lety gyda theulu oedd â mab byddar a dyna pryd y dechreuodd ymddiddori mewn cyfathrebu. Pan ymwelodd swyddog o'r Cyngor Prydeinig â dosbarth Howard sylwodd bod ei ddisgyblion yn siarad Saesneg gydag acen Gymraeg!

Pan ddaeth ei gyfnod yn yr Aifft i ben fe'i hanfonwyd gan VSO i Sweden i hyfforddi rhai oedd yn dymuno gwirfoddoli dramor. Bu yno am ddwy flynedd a gwnaeth gysylltiadau agos a ffrindiau oes. Yna treuliodd flwyddyn ym Mhrifysgol Manceinion yn yr Adran Awdioleg cyn dychwelyd i Gymru i weithio i Gyngor Sir Dyfed rhwng 1978 a 1981.

Wedyn dychwelodd Howard i Sweden i weithio mewn canolfan newydd yn Stockholm gyda'r Swedish International Development Authority (Sida), sef asiantaeth llywodraeth sy'n gweithio i greu gwell amodau byw i bobl yng ngwledydd tlotaf y byd, yn enwedig ym meysydd iechyd, addysg a chyflenwad dŵr. Fel rhan o'i waith yno ymwelodd â Tansanïa i holi am brofiadau gwyddonwyr a pheirianwyr o Sweden oedd yn gweithio ar brosiectau cyflenwadau dŵr. Un wlad oedd yn derbyn cymorth gan Sida oedd Fietnam a dyma ddechrau cysylltiad annatod Howard â'r wlad honno.

Wedi adrodd ychydig o ffeithiau am hanes diweddar Gweriniaeth Sosialaidd Fietnam, sef enw swyddogol y wlad sydd â phoblogaeth gyfredol o ychydig dros gan miliwn, soniodd Howard am Ysbyty Fietnam-Sweden a sefydlwyd gan Sida ym 1981. Enw'r Ysbyty yw Uong Bi ac mae yn nhalaith Quang Ninh tua 120 cilometr i'r gogledd-ddwyrain o Hanoi. Treuliodd ddwy flynedd yno rhwng 1984 a 1986, ar adeg pan oedd yna ryfel ar y ffin rhwng Tsieina a Fietnam. Roedd ef a'i deulu ifanc yn byw mewn caban pren mewn pentref a adeiladwyd gan y Swediaid gerllaw'r ysbyty. Ymgynghorwr ydoedd yn Adran Awdioleg yr ysbyty ac yn un o dîm oedd yn hyfforddi staff. Soniodd Howard yn hoffus am Dr Ham, pennaeth yr ysbyty, gŵr â gweledigaeth a fu'n gyfaill agos iddo tan ei farwolaeth yn 2018. Yn ystod y cyfnod hwn datblygodd Howard gysylltiad agos iawn â'i gydweithwyr a'i gyfeillion yn Fietnam sy'n parhau hyd heddiw.

Oddi yno dychwelodd i Sweden am gyfnod cyn ymuno ag Awdurdod Addysg Sir Benfro rhwng 1988 a 1996 cyn cael ei benodi'n Ddirprwy Bennaeth Ysgol Frenhinol y Byddar ym Manceinion. Wedi tair blynedd dychwelodd i Gymru eto at Awdurdod Addysg Sir Gaerfyrddin tan 2005 pan ymunodd â Gwasanaeth Sensori Ceredigion lle bu'n

gweithio tan iddo ymddeol yn 2014. Wedyn parhaodd i weithio i 'Sight Cymru' yng nghlinig Heol y Gogledd am ddwy flynedd.

Ers 2017 (heblaw am gyfnod Covid), y mae Howard wedi bod yn dychwelyd i Fietnam bob Hydref am mai dyna pryd mae'r hinsawdd orau i ymweld. Treulia'r cyfnodau yno yn gwirfoddoli yn Ysbyty Uong Bi, yn mynd o gwmpas y gwahanol adrannau yn hyfforddi staff ar gyfathrebu a'u haddysgu am dermau technegol. Dywed mai ef yw'r '*go between'* rhwng pobol Fietnam a Sweden. Erbyn hyn mae'r ysbyty yn gwasanaethu tua chwe miliwn o bobl.

Siaradodd Howard yn gynnes iawn am bobol Fietnam – pobl groesawgar, gyfeillgar a charedig y mae addysg a meddygaeth yn bwysig iawn iddynt, ac mae ganddynt barch enfawr at athrawon a meddygon. Dangosodd i ni nifer o anrhegion hyfryd a dderbyniodd yno. Rhannodd luniau o'i ymweliadau, ei gyfeillion, a staff yr ysbyty.

Am flynyddoedd credai Howard bod pobol Fietnam yn meddwl taw un o Sweden ydoedd. Ond, gyda thîm pêl-droed Cymru yn cyrraedd rowndiau terfynol Cwpan y Byd yn 2022, daeth cyfle i Howard eu haddysgu am ei wlad enedigol, yr iaith Gymraeg, diwylliant a thraddodiadau Cymru. Aeth â chrysau-T yn anrhegion i'w gyfeillion ac arnynt 'Yma o Hyd you Sons of Speed'. Cyfieithodd eiriau cytgan Yma o Hyd i'r Fietnamêg a gwelsom recordiad fideo o yntau'n arwain ei ffrindiau'n ei chanu ynghyd â Hen Wlad fy Nhadau. Roedd Howard wrth ei fodd yn codi hwyl yno, a dywedodd fod hiwmor a hwyl wedi bod yn elfen bwysig gydol ei yrfa mewn gwahanol wledydd.

Wrth wrando ar Howard mae'n amlwg bod ei gariad at Fietnam wedi ei wreiddio'n ddwfn yn y profiadau anhygoel a gafodd ac y caiff yno ers ei ymweliad cyntaf ddeugain mlynedd yn ôl. Edrycha ymlaen yn fawr iawn at ei ymweliad eleni eto.

Fel un sy'n casáu bod yn segur y mae Howard bellach yn cadw'n brysur yn yr ardal ac, ar hyn o bryd, mae'n gwirfoddoli gyda RNID mewn canolfan taro i mewn sy'n rhoi cyngor clyw ar foreau Gwener yn neuadd y Borth.

Diolchwyd i Howard gan Dewi Hughes, cyn-gydweithiwr iddo yn Awdurdod Addysg Ceredigion. Disgrifiodd ef fel gŵr diymhongar,

hynaws â dawn dweud naturiol sy'n arbenigwr yn ei faes ac sydd wedi bod yn gymorth gwerthfawr i gannoedd o blant a'u teuluoedd. Cyfeiriodd at waith dyngarol Howard megis iddo sefydlu'r gefeillio rhwng clybiau Rotari Aberystwyth a Malmo yn Sweden i godi arian ar gyfer llawdriniaethau *'cleft palate'* i blant. Cyfeiriodd at ysfa Howard i gadw'n brysur a lledu ei orwelion megis mynd ati yn ystod y cyfnodau clo i wella ei afael ar yr iaith Fietnamêg a Swedeg drwy Duolingo.

Mwynhawyd paned yng nghwmni ein gilydd cyn troi am adref wedi noson hynod ddifyr.

Nia Mair

Clwb Sul Capel y Morfa

Cynhaliwyd Gwasanaeth Gŵyl Ddewi Unedig i eglwysi Cymraeg y dref yn y Morlan ar 2 Mawrth. Roedd hi'n braf gweld cynifer o deuluoedd wedi ymuno. Yn dilyn y sgwrs plant gan Eifion aeth y plant a'r ieuenctid i'r ystafell werdd i fwynhau amrywiaeth o grefftau. Roeddent wrth eu bodd yn gwneud magnedau oergell a bathodynnau Gŵyl Ddewi gyda'r clai meddal.

Y Sul canlynol roedd hi'n Sul cyntaf y Grawys a bu'r ieuenctid yn gwneud crempog a'u rhannu gyda'r gweddill ohonom.

Cyflwynwyd stori *Gwas y Canwriad,* hanes y milwr Rhufeinig oedd yn llawn ffydd ac yn gwybod y byddai Iesu yn iacháu ei was. Roedd ganddo'r ffydd sicr a thawel sydd yn newid bywydau. Bu'r plant yn hau hadau berw gyda'r sicrwydd y byddant yn egino'n dawel ac yn tyfu.

Cofiwch am Suliau arbennig yn ystod mis Ebrill:

Llanllanast y Pasg ddydd Sul, **6 Ebrill**
Gwasanaeth Sul y Pasg a Helfa Wyau, **20 Ebrill**

Tangnefedd i Chwi

Iesu atgyfodedig,
diolch i ti am dy gyfarchiad
'Tangnefedd i chwi' –
Shalôm Duw, y tangnefedd dwfn, parhaol
sy'n dwyn llonyddwch mewnol,
sy'n cynnal person mewn storm,
sy'n gallu wynebu'r erlidiwr heb ofn,
sy'n cyhoeddi'r newyddion da
gyda gwroldeb a llawenydd.
Hwn yw'r tangnefedd
sy'n cymodi brawd a chwaer, du a gwyn,
cyfoethog a thlawd, hen ac ifanc;
ond nid yw'n dangnefedd sy'n dawel
yn wyneb gormes ac anghyfiawnder.
Hwn yw tangnefedd Duw,
sydd uwchlaw pob deall.

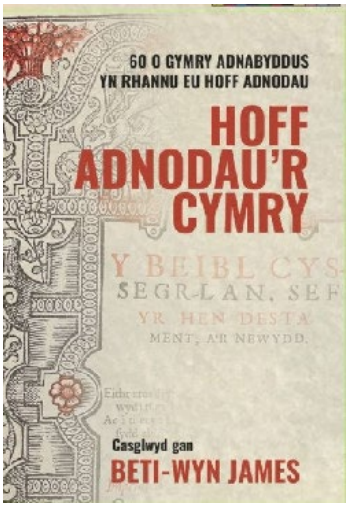
Amen

John Johansen-Berg, addas. Glyn Tudwal Jones allan o *Amser i Dduw*, Gol. Elfed ap Nefydd Roberts

Buddugoliaeth Iesu

Iesu atgyfodedig, diolchwn i ti
fod daioni yn gryfach na drygioni;
fod cariad yn gryfach na chasineb;
fod goleuni yn gryfach na thywyllwch;
fod bywyd yn gryfach na marwolaeth,
a bod buddugoliaeth yn eiddo i ni
drwy'r hwn sydd yn ein caru

Amen
Desmond Tutu allan o *Amser i Dduw*, Gol. Elfed ap Nefydd Roberts



Hoff Adnodau'r Cymry

Casglwyd gan Beti-Wyn James
Pris £9.99

Llyfr clawr meddal. Anrheg delfrydol.

Cyhoeddi: Cyhoeddiadau'r Gair
ISBN: 9781859949597

Yn y gyfrol hon mae Beti-Wyn James wedi gwahodd 60 o Gymry adnabyddus i rannu eu hoff adnodau gyda ni, a'u rheswm dros ddewis yr adnodau hynny. Dyma gyfrol ddifyr a darllenadwy, sy'n llawn straeon calonogol ac ysbrydoledig. Ceir cyfranwyr amrywiol o fyd cyhoeddus Cymru, yn wleidyddion, cerddorion, o fyd chwaraeon, sêr y sgrin ac amryw o gylchoedd enwadol y traddodiadau Cristnogol yng Nghymru.

Ymhlith y rhai sy'n rhannu eu hoff adnodau y mae Ffred Ffransis; Mabon ap Gwynfor; Hywel Gwynfryn; Cleif Harpwood; Christine James; Andrew John; Elin Jones; Betsan Powys; Rhys Patchell; Sian Thomas.

Tybed beth yw hoff adnod y gwleidydd Mabon ap Gwynfor? 'Mewn gair y mae ffydd, gobaith, cariad, y tri hyn, yn aros. A'r mwyaf o'r rhain yw cariad' (1 Corinthiaid 13:13)

A beth am y ddarlledwraig Betsan Powys? ' Beth bynnag a ymafael dy law ynddo i'w wneuthur, gwna â'th holl egni' (Pregethwr 9: 10)

Beth am ddarllen y gyfrol i weld pam eu dewisiadau?

Ysbyty Bronglais

Ymhen ychydig, bydd uned gancr newydd yn cael ei hagor yn Ysbyty Bronglais wedi blynyddoedd o waith caled yn codi arian ar ei chyfer. Comisiynwyd y gerdd hon i'w gosod yn yr uned fel rhan o weithiau celf newydd gan Catrin Jones, Marian Haf, Molly Brown a Catrin Webster.

Law yn llaw

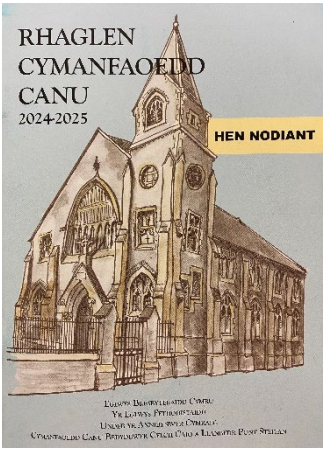
Nid wyt ar dy ben dy hun. Ar draeth hir
Y sefi, un sydd i bob golwg nawr
Yn wag, ond fe olchwyd ohono'n glir
Yn nhrai a llanw'r môr niferoedd mawr
O olion traed. Daw adeg bob un dydd,
A'r môr ar drai i'r eitha' a'r traeth i gyd
Fel dalen wen, pan fentra gobaith, ffydd
A chariad adael eu hôl ar y byd
Drachefn. Pan sefi wedyn ar y lan,
A'r don yn bygwth, dy stumog yn troi,
Nac ofna. Fe gei wastad yn y fan
Ddi-ildio hon gwmnïaeth fawr ddi-droi-
Yn-ôl a fydd, ni waeth pa beth a ddaw,
Yn sefyll wrth dy ymyl, law yn llaw.

Eurig Salisbury

Llun: BBC

Cymanfa Ganu Unedig Gogledd Ceredigion

Capel y Morfa, Aberystwyth
Dydd Sul, 18 Mai 2025
am 10yb a 5.30yh



Trefn y Rihyrsals
Nosweithiau Mercher am 7.00 o'r gloch

16 Ebrill: Capel y Morfa
30 Ebrill: Capel Seion, Stryd y Popty
7 Mai: Capel Bethel, Stryd y Popty
14 Mai: Capel y Morfa

Rhaglenni ar gael gan Mary Jones Morris – pris £3

TRWY'R TANNAU

Dwy ffrind. Pedair llaw. Sawl stori.

Rydych chi wedi gweld y ddwy ar wahân – nawr, dyma gyfle i weld y ddwy gyda'i gilydd.

11 Ebrill am 7.30pm

Tocynnau: £15. Ar gael o Arad Goch 01970 617998 neu gan Rocet Arwel Jones.
Dewch i fwynhau ac i gefnogi'r Ŵyl Cerdd Dant.

SULIAU EBRILL 2025

Blaenor y Mis: Deian Creunant

6 Ebrill: Eifion Roberts (Cymun)
13 Ebrill: I'w drefnu
20 Ebrill: Eifion Roberts (Sul y Pasg)
27 Ebrill: Ffred Ffransis

Mae'r holl oedfaon uchod am 10.00 o'r gloch, ac os hoffech dderbyn y ddolen i ymuno ag unrhyw un ohonynt ar Zoom, cysylltwch ag Eifion ar eifionroberts095@btinternet.com

Blodau Ebrill 2025

6 Ebrill: Mair Jones a Carys Davies
13 Ebrill: Hefina Wright a Siân Richards
20 Ebrill: Nia Mair Gruffydd-Williams
27 Ebrill:

Golygyddion y rhifyn hwn yw Gwerfyl Pierce Jones a Menai Lloyd Williams. Diolch hefyd i bawb sydd wedi anfon cyfraniadau i'r rhifyn hwn, yn lluniau ac adroddiadau.

Anfonwch eich cyfraniadau ar gyfer rhifyn Mai at Rocet Arwel (rocetarwel@yahoo.com) neu Sharon (sharonowen527@btinternet.com) erbyn **dydd Gwener, 18 Ebrill 2025**, yn ddi-ffael, os gwelwch yn dda.

CRISTNOGAETH 21
ENCIL 2025
YSBRYD GALAR, YSBRYD GOBAITH
SADWRN 5 EBRILL
CAPEL TABERNACL
&
CAPEL SALEM
DOLGELLAU
10:00/10:30 - 3:00
COFRESTRU ERBYN
31 MAWRTH
TRWY EBOSTIO
cristnogaeth21@
gmail.com
DAN ARWEINIAD:
GWENAN
CREUNANT
MEDI JAMES
RHIDIAN GRIFFITHS
ANNA VIVIAN
JONES
PRIS £25 (CYNNWYS COFFI A CHINIO)