



## YR HEUWR

CYLCHGRAWN MISOL EGLWYS HOREB PENRHYN-COCH  
CYFROL 2 RHIF 52  
CHWEFROR 2013

Bydd Tymor y Grawys eleni yn dechrau ar ddydd Mercher, 13 Chwefror. Hwn yw'r cyfnod o ddeugain niwrnod sy'n arwain i fyny at y Pasg pan fyddwn yn dathlu atgyfodiad Crist o'r bedd a'i fuddugoliaeth dros angau. Mae'r Grawys wrth gwrs yn gyfnod pan fyddwn yn dwyn i gof hanes yr Iesu yn cael ei demtio yn yr anialwch ac er mwyn ceisio uniaethu â phrofiad yr Iesu yn gwrthsefyll temtasiynau o bob math fe fydd llawer o Gristnogion yn penderfynu rhoi'r gorau i ddanteithion a melysion fel siocledi a theisennau. Patrwm arall y bydd rhai yn ei fabwysiadu yn ystod y Grawys yw ceisio cyflawni rhywbeth yn ymarferol dros bobl sydd yn llai ffodus a difreintiedig yn y byd drwy wirfoddoli i weithio am ychydig oriau bob wythnos gyda rhyw fudiad elusennol.

Mae gan y mudiad Cymorth Cristnogol gynllun arbennig ar gyfer y Grawys eleni sydd wedi'i baratoi ar daflen pwrpasol. Enw'r cynllun yw *Cyfrif Eich Bendithion*. Ar y daflen ceir deugain o fyfyrddodau byrion i'n hysbrydoli i ddiolch am yr holl fendithion yn ein bywydau ac i'n galluogi i gymryd camau mewn gweddi a gweithred i helpu newid bywydau rhai o gymunedau tlotaf y byd. Ceir thema arbennig i bob un o'r wythnosau: thema'r wythnos gyntaf yw addysg ac fe'i dilynir gan y themâu canlynol: heddwch a chymod; bwyd a chyfiawnder; merched; ein planed werthfawr; iechyd a chartrefi ac, yn olaf, y genhedlaeth nesaf. Mae'n adnodd werthfawr a'r myfyrddodau yn cynnwys ffeithiau sboreiddiol am fywydau pobl llawer llai breintiedig na nynt.

Ffordd arall o ddefnyddio'r cyfnod hwn i ddwysáu'r berthynas gyda Duw yw creu *poustinia* yn ein bywydau. Gair Rwsieg yw *poustinia* sy'n golygu 'anialwch' ac mae'n cyfeirio'n ôl at yr hyn a wnaeth y Tadau Cristnogol yn y bedwaredd ganrif wrth fynd i anialwch yr Aifft er mwyn canolbwyntio'n gyfangwbl ar Dduw. Holl ddiben y *poustinia* oedd gwrandao ar Dduw ac i'r Rwsiaid, lle ydoedd i gael llonyddwch a thawelwch er mwyn cyflawni hyn. Ond wrth geisio efelychu'r Tadau cynnar sylweddolodd y Rwsiaid nad oedd angen i'r *poustinia* gael ei leoli ymhell o bawb a phobman ond bod modd ei greu yn eu cartrefi eu hunain drwy fynd yno ar ryw adeg bob dydd i fyfyrion a gweddio. Fel pobl Rwsia mae'n bosib i ninnau hefyd greu *poustinia* yn ein cartrefi yn Aberystwyth a Phenrhyn-coch i ddwysáu'r berthynas gyda Duw a threulio ychydig o amser bob dydd yn ei gwmni er mwyn dod i'w adnabod yn well.

Felly mae'r Grawys yn dymor sy'n gyforiog o bosibiliadau amrywiol i bob Cristion. Mae'n ein galluogi i dyfu mewn ffydd ac i ddatblygu'n perthynas â'n Creawdwr. O wneud hyn fe ddown yn fwy ymwybodol o ddeinamig Duw yn gweithredu yn ein bywydau. Boed inni wneud yn fawr o bob cyfle a ddaw i'n rhan yn ystod y tymor arbennig hwn.

Pob bendith

Judith

Berwynfa, Penrhyn-coch, Aberystwyth. SY23 3EW

Rhif Ffôn : 01970 820939 E-bost: [berwynfa@btinternet.com](mailto:berwynfa@btinternet.com)

### CALENDR MIS CHWEFROR 2013

Cyhoeddwr y Mis: Sandra Beechey	Organydd y Mis : Ceris Gruffudd	
3 Chwefror 2.30yp	Oedfa Gymun: Gweinidog	Bwrdd y Cymun: Mervyn a Sue
10 Chwefror 10.30yb	Oedfa Deuluol: Gweinidog	
17 Chwefror 2.30yp	Oedfa Bregeth: Gweinidog	Gofal y Te: Sandra Beechey
24 Chwefror 10.30yb	Oedfa Bregeth: Gweinidog	
3 Mawrth 2.30yp	Oedfa Gymun: Gweinidog	Bwrdd y Cymun: Rhiannon

#### I'CH DYDDIADUR

4 Chwefror: Cinio Bara Caws yn Eglwys San Paul o dan ofal Eglwys Santes Gwenffrewi 12.15-1.30yp

12 Chwefror: Nos Fawrth Ynyd: Noson Pancos yn Festri Horeb am 6.30yh

13 Chwefror: Cinio Cymunedol Penrhyn-coch yn Neuadd yr Eglwys am 12.00yp

20 Chwefror: Cymdeithas Bethel am 2.30yp: Dr Rhidian Griffiths.

20 Chwefror: Cymdeithas y Penrhyn: Bydd yr awdures Mari Strachan yn darllen a thrafod ei gwaith.

26 Chwefror: Cyfarfod Diaconiaid am 7yh

27 Chwefror: Cinio Cymunedol Penrhyn-coch yn Neuadd yr Eglwys am 12.00yp

27 Chwefror: Cylch Darllen y Beibl am 7.30yh. Llyfr y Datguddiad Pennod 2

23 Mawrth: Cynhadledd Academi Heddwch Cymru, Y Morlan, 10.00yb-4.30yp

#### LLOFFION

Llongyfarchiadau i Melanie a Daniel Hughes ar enedigaeth Gwen - chwaer fach i Charlie

Pen-blwydd Hapus i Sue a fydd yn dathlu pen-blwydd arbennig yn ystod y mis.

Diolch i bawb a gyfrannodd i'r oedfa 'Fy Hoff Emyn neu Adnod'. Roedd yn oedfa hynod fendithiol a hyfryd oedd cael clywed am brofiadau amrywiol yr aelodau.

Cymanfa Ganu: Mae copïau ar gael o Raglen Cymanfa Ganu 2012/3 gan Ceris; pris £1.35