# *YR HEUWR*

CYLCHGRAWN MISOL EGLWYS HOREB PENRHYN-COCH
CYFROL 2 RHIF 56
MEHEFIN 2013

Chwe deg o flynyddoedd yn ôl ar y 29ain Mai 1953 fe lwyddodd Edmund Hillary o Seland Newydd a Sherpa Tensing Norgay o Nepal i gyrraedd copa mynydd Everest, yr uchaf yn y byd. Er bod y mynydd hwn yn bell iawn o Gymru mae'r cysylltiadau s'yn bodoli rhwng ein gwlad ag Everest bellach yn weddol adnabyddus, diolch i'r adroddiadau a welwyd ac a glywyd yn y wasg yn ddiweddar i gyd-fynd â'r dathliadau i nodi'r achlysur pwysig hwn.

Roedd yr hyn a gyflawnwyd gan Hillary a Tenzing yn gamp aruthrol, yn arbennig o gofio nad oedd safon y cyfarpar technegol a'r dillad dringo cystal â'r hyn sydd ar gael heddiw. Yn ôl un adroddiad mae'n debyg mai un o'r prif resymau dros lwyddiant taith 1953 oedd dealltwriaeth gwyddonydd y criw, Geoff Pugh, o ffisioleg ac ymarfer corff. Gwyddai Pugh, a hanai o deulu Cymraeg, fod darparu digon o ocsigen ynni a hylif i ddringwyr yn hanfodol bwysig os oeddent am lwyddo yn y nod o gyrraedd copa Everest. Erbyn heddiw wrth gwrs mae rhai pobl wedi llwyddo i gyrraedd y copa heb gymorth ocsigen cynorthwyol o gwbl.

Mae hanes dringo Everest yn hynod ddiddorol ac yn y blynyddoedd diwethaf gwelwyd cynnydd aruthrol yn y nifer o ddringwyr sy'n heidio yno bob blwyddyn, ond prin iawn mewn gwirionedd yw'r bobl sy'n llwyddo i gyrraedd copa mynydd uchaf y byd ac erys y gamp yn un aruthrol fawr.

Ond nid oes angen inni deithio i fynyddoedd yr Himalaia i ddod wyneb yn wyneb â her Mynydd Everest oherwydd o wrando ar y newyddion sylweddolwn bod rhai pobl yn ein cymdeithas yn wynebu profiadau bywyd sydd cyn heriol, os nad yn fwy heriol, na'r gamp o ddringo'r mynydd hwn.

Mae gan deulu April Jones o Fachynlleth fynydd i ddringo wrth geisio dygymod nid yn unig â'u colled ond â dirgelwch yr hyn a ddigwyddodd i'w merch fach wedi iddi gael ei chipio a'i llofruddio. Bydd gan deulu Georgia Williams o Wellington, Sir Amythig fynydd i ddringo hefyd wrth alaru am eu merch galluog a lofruddiwyd yn ystod y dyddiau diwethaf. Ac wrth wrando ar yr adroddiadau am erchyllterau sefyllfa Syria gwyddom fod yna fynydd i'w ddringo yno i geisio sicrhau diwedd i'r holl ryfela.

Mae taith bywyd y Cristion yn aml wedi cael ei chyffelybu i ddringo mynydd ac y mae sawl emynydd wedi defnyddio'r ddelwedd hon i'n hatgoffa na fyddwn fyth yn gorfod dringo'r llethrau serth ar ein pennau ein hunain.

Pan wyf ar ddiffygio,
gweld y ffordd y faith,
Duw sydd wedi addo
cymorth ar y daith.

*Watcyn Wyn*, 1844-1905

Boed i bawb sy'n wynebu profiadau anodd a heriol bywyd dderbyn yn helaeth o bresenoldeb ac arweiniad yr Arglwydd.

Pob bendith
Judith

Berwynfa, Penrhyn-coch, Aberystwyth. SY23 3EW Rhif Ffôn : 01970 820939 E-bost: berwynfa@btinternet.com

**CALENDR MIS MEHEFIN 2013**

| **Cyhoeddwr y Mis: Robert Dobson** | **Organydd y Mis : Ceris Gruffudd** | |
|---|---|---|
| 2 Mehefin 2.30yp | Oedfa Gymun :Gweinidog | Bwrdd y Cymun: Mrs Mairwen Jones |
| 9 Mehefin 10.30yb | Clwb Sul Horeb o dan arweiniad Eleri<br>Taith i Benfforddlas. Cynhelir gwasanaeth yno am 2.00 yp | |
| 16 Mehefin 2.30yp | Oedfa Bregeth: Gweinidog | Gofal y Te: I'w Drefnu |
| 23 Mehefin 10.30yb | Oedfa Bregeth: Y Parchg Peter Thomas | |
| 30 Mehefin 10.30yb | Oedfa Deuluol: Gweinidog | |
| Gorffennaf 1 2.30yp | Oedfa Gymun: Gweinidog | Bwrdd y Cymun: I'w drefnu. |

**Ich Dyddiadur**

3 Mehefin: Cinio Cymorth Cristnogol ym Methel o dan nawdd Eglwysi San Mihangel a'r Santes Fair 12.15 – 1.30yp.
9 Mehefin: Pererindod i Benfforddd-las. Cynhelir gwasanaeth yno am 2yp. Enwau i Ceris.
10 Mehefin: Encil ym Mhennant Melangell
11 Mehefin: Cylch Darllen y Beibl: Llyfr y Datguddiad Penodau 6 a 7
12 Mehefin: Cinio Cymunedol Penrhyn-coch yn Neuadd yr Eglwys
12-13 Mehefin: Cyfarfodydd Blynyddol Undeb Bedyddwyr Cymru yn y Llwyfan, Caerfyrddin.
15 Mehefin: Taith Cymdeithas y Penrhyn i Dreffynnon a'r ardal. Enwau i Ceris
19 Mehefin: Cymdeithas Bethel. Ymweliad â Ffair-rhos
26 Mehefin: Cinio Cymunedol Penrhyn-coch yn Neuadd yr Eglwys
17 Gorffennaf: Cyfarfod Diaconiaid Horeb am 7yh
19 Gorffennaf: Barbeciw Horeb yn Stablau Sian am 6yh.
22 Medi: Oedfa Menter Gobaith yng Nghapel Carmel, Llanilar am 10.00yb
25 Medi: Cyfarfod Diaconiaid Bethel a Horeb yn Horeb am 7yh.
2 Hydref: Cyfarfod Diolchgarwch Horeb am 7yh

**Lloffion:**

**Dymuniadau Gorau** i Mrs Margaret Griffiths a dorrodd ei braich yn ddiweddar.

**Diolch yn fawr iawn** i blant y Clwb Sul a oedd wedi cymryd rhan yn y Gymanfa Ganu yng Nghapel y Morfa ym mis Mai.

**Diwrnod o Encil ym Mhennant Melangell**: Cynhelir yr encil yng Nghanolfan Pennant Melangell ar ddydd Llun, 10fed Mehefin. Dyma fydd trefn y diwrnod yn fras: 9.00yb: Gadael Penrhyn-coch; 10.30yb: Cyrraedd a Choffi; 11.00yb: Myfyrdod Gweddïgar 1; 12.00yp: Gwasanaeth yn yr Eglwys a chyfle i edrych o gwmpas a Chinio; 2.00yp: Myfyrdod Gweddïgar 2; 3.00yp: Te a Chacen cyn ymadael. Rhowch wybod i'r Gweinidog os hoffech ymuno â ni. Cost y diwrnod fydd £10.