Yr Arglwydd yw fy mugail
Gwasanaeth ar gyfer Sul Diogelu 2022

CROESO

Arweinydd[i]:

Croeso i chi i gyd i'n gwasanaeth Sul Diogelu heddiw pryd y byddwn yn dilyn y thema **'Gofal'**.

Ry'n ni'n perthyn i gynulleidfa, yn perthyn i gymuned fel teulu ac fel unrhyw deulu arall, ry'n ni'n edrych ar ôl ein gilydd ac yn cynnal ein gilydd hefyd. Dyna pam mae sicrhau gofalu am, a diogelu ein haelodau yn hanfodol – o'r ieuengaf i'r hynaf.

Yn ein gwasanaeth heddiw, byddwn yn manteisio ar y cyfle i ddiolch i rai sy'n gofalu amdanom ac yn gweithio gyda'n phlant a'n bobl fregus yn ein heglwysi a'n cymunedau. Rydym hefyd eisiau dal yn ein calonnau y rhai sydd wedi eu brifo neu eu niweidio gan ein gweithredoedd neu'n diffyg gweithredu.

GALWAD I ADDOLI

Dewch i ni addoli Duw, ein Tad gofalus

Salm 34

1 Bendithiaf yr ARGLWYDD bob amser; bydd ei foliant yn wastad yn fy ngenau.
2 Yn yr ARGLWYDD yr ymhyfrydaf; bydded i'r gostyngedig glywed a llawenychu.
3 Mawrygwch yr ARGLWYDD gyda mi, a dyrchafwn ei enw gyda'n gilydd.
4 Ceisiais yr ARGLWYDD, ac atebodd fi a'm gwaredu o'm holl ofnau.
5 Y mae'r rhai sy'n edrych arno'n gloywi, ac ni ddaw cywilydd i'w hwynebau.
6 Dyma un isel a waeddodd, a'r ARGLWYDD yn ei glywed ac yn ei waredu o'i holl gyfyngderau.
7 Gwersylla angel yr ARGLWYDD o amgylch y rhai sy'n ei ofni, ac y mae'n eu gwaredu.
8 Profwch, a gwelwch mai da yw'r ARGLWYDD. Gwyn ei fyd y sawl sy'n llochesu ynddo.

EMYN 1

82 Molwch Arglwydd nef y nefoedd' (Caneuon Ffydd)
102 Fy enaid, bendithia yr Arglwydd (Caneuon Ffydd)
Tyrd, dyma dy gyfle i foli ((Brian Doerskson)
Nerth a gawn (Chris Tomlin)

GWEDDI

Arglwydd da, diolch i Ti am dy holl ofal drosom ac am yr holl fendithion yr ydym yn eu derbyn gennyt.
Diolch i Ti am dy ffyddlondeb a dy gariad tuag atom.
Rwyt Ti'n gwybod am bob anadl a gymerwn, am bob curiad o'n calon.
Rwyt Ti'n gwybod am ein holl obeithion a'n dyheadau.
Rwyt Ti'n gwybod am pob un o'n meddyliau.
`Ti'n gwybod pryd dw i'n eistedd ac yn codi; ti'n gwybod beth sydd ar fy meddwl i o bell.
`Ti'n cadw golwg arna i yn teithio ac yn gorffwys; yn wir, Ti'n gwybod am bopeth dw i'n wneud.
`Ti'n gwybod beth dw i'n mynd i'w ddweud cyn i mi agor fy ngheg, ARGLWYDD.
Rwyt Ti yna o'm blaen i a'r tu ôl i mi, mae dy law di arna i i'm hamddiffyn.
Ti'n gwybod popeth amdana i!' Ac rwyt Ti'n dal i ngharu.
Diolch i Ti, Arglwydd. Amen

DARLLENIAD

Arweinydd: Mae un o'r darluniau harddaf o ofal Duw drosom yn gyfarwydd iawn i ni.
Dewch i ni gyd ddarllen Salm 23 – rhif 965 yn Caneuon Ffydd.

Arweinydd: Dyma sut mae'r geiriau yn cael eu cyflwyno yn Beibl.net:
1"Yr ARGLWYDD ydy fy mugail i; mae gen i bopeth dw i angen."
Dyma'r darlun o'r bugail perffaith, sydd mor ofalus o'i braidd. Dyma ofal Duw am ein holl anghenion.
Y ddau beth pennaf mae dafad ei angen ydi dŵr a porfa dda, ac yn y Salm cawn glywed am borfa 'fras' neu 'hyfryd' a dŵr tawel.
Caewch eich llygaid am funud a cheisiwch ddychmygu bod mewn lle mor braf. Mewn lle nad oes angen dim arnoch.

EMYN 2

666 Bugail Israel sydd ofalus (Caneuon Ffydd)

FFILM DIOGELU [ii]

Arweinydd: Gofynodd un o athrawon y gyfraith i Iesu, "Athro, pa orchymyn yw'r mwyaf yn y Gyfraith?" Dyma oedd ateb Iesu iddo " 'Câr yr Arglwydd dy Dduw â'th holl galon ac â'th holl enaid ac â'th holl feddwl.'
38Dyma'r gorchymyn cyntaf a'r pwysicaf.
39Ac y mae'r ail yn debyg iddo: 'Câr dy gymydog fel ti dy hun.'" (Mathew 22:36- 39)

Yn y ffilm fer hon gan y Panel Diogelu Cydenwadol, cawn glywed am ein cyfrifoldeb i ofalu am, a diogelu eraill, yn arbennig am rai sy'n fregus – ein cymdogion, yn blant ac oedolion. ***Dangos y ffilm***(gweler ôl nodiadau *ii a iii*)

NEGES BYR

Arweinydd: Mae gofal bugail am ei ddefaid yn waith bob dydd o'r flwyddyn. Cawn ein hatgoffa o Salm arall am ofal a chymorth Duw, cymorth sydd ar gael bob dydd a thrwy'r nos:

Salm 121

3'Nid yw'n gadael i'th droed lithro, ac nid yw dy geidwad yn cysgu.
4Nid yw ceidwad Israel yn cysgu nac yn huno.
5Yr ARGLWYDD yw dy geidwad, yr ARGLWYDD yw dy gysgod ar dy ddeheulaw;
6ni fydd yr haul yn dy daro yn y dydd, na'r lleuad yn y nos.
7Bydd yr ARGLWYDD yn dy gadw rhag pob drwg, bydd yn cadw dy einioes.
8Bydd yr ARGLWYDD yn gwylio dy fynd a'th ddod yn awr a hyd byth.'

Nid yn unig y mae defaid angen dŵr a bwyd, ond maen nhw hefyd angen eu cadw'n ddiogel. Cawn y darlun clir yn Salm 23 o'r bugail yn arwain ei ddefaid trwy ddyffryn peryglus. Mae'r defaid yn ddiogel oherwydd fod y bugail yn eu hamddiffyn yr holl ffordd, ac wedi dod trwy'r profiad annifyr ac anodd dônt i fan i'w hadnewyddu, lle mae gwledd wedi ei pharatoi.

Dyma ofal Duw drosom. Ac fe yrrodd Iesu ei Fab i fod yn Fugail Da i ni: "Myfi yw'r bugail da. Y mae'r bugail da yn rhoi ei einioes dros y defaid." (Ioan 10:11)

Fel y clywsom yn yr adnodau o Mathew, y gorchymyn gawsom ni gan Y Bugail Da, oedd i ni garu'n cymydog fel ni ein hunain. Fel bodau dynol, mae ein greddf i oresgyn yn mynnu ein bod yn diogelu ein hunain, ond yma cawn ein hatgoffa ein bod i ddangos yr un gofal tuag at eraill – tuag at ein cymydog. Ac, yn sïwr, mae gofal wedi bod yn nodwedd o Eglwys Iesu Grist o'r cychwyn cyntaf.

Diolchwn am bob gofal a chariad a ddangosir yn ein capel, yn y pethau mawr a'r pethau bach. Yn chweched bennod o lyfr yr Actau, clywn am yr angen i benodi rhai i ofalu am y gweddwon 'a dyma ddewis Steffan, gŵr llawn o ffydd ac o'r Ysbryd Glân, a Philip a Prochorus a Nicanor a Timon a Parmenas a Nicolaus, proselyt Antiochia.
6Gosodasant y rhain gerbron yr apostolion, ac wedi gweddïo rhoesant hwythau eu dwylo arnynt.' (Actau 6: 5,6)

Cawn gyfle heddiw i ddiolch am y bobl rheini sydd yn gweithio'n dawel i osod pethau yn eu lle fel bod gennym le diogel i gyfarfod ynddo, ac am y rhai sydd yn trefnu gofal addas am ein plant, ein hieuenctid a'r bregus yn ein plith.

GWEDDI:

Diolch i Ti, Arglwydd am bobl sydd yn gofalu am gymaint o bethau yn dawel bach i wneud yn sïwr ein bod yn gallu cyfarfod yma heddiw i dy addoli Di gyda'n gilydd yn ddiogel. Diolch i Ti am arweinwyr y capel hwn sy'n gwneud cymaint. Diolch i Ti am y gofal a'r caredigrwdd a ddangosir ymysg aelodau'r capel, a thuag at y gymdeithas o'n cwmpas. Diolch i Ti am y rhai sy'n gofalu ac yn gweithio gyda phlant ac ieuenctid, ac am y rhai sy'n gofalu am ddiogelwch yr adeilad. Helpa ni i adlewyrchu y gofal a'r cariad sydd gennyt Ti tuag atom. Arglwydd, gwyddom fod amddiffyn y rhai sy'n fregus wrth wraidd y neges Gristnogol. Heddiw, rydym yn codi y rhai sy'n fregus i ti, y rai sydd angen eu hamddiffyn a'r rhai sy'n ofnus, sy wedi cael eu clwyfo a'u brifo. Diogela hwy, cysura hwy a dyro dy hedd iddynt. AMEN

EMYN 3:

483 Mi glywaf dyner lais (Caneuon Ffydd)
375 O tyred i'n gwaredu, Iesu da (Caneuon Ffydd)
Fy Iesu, ngwaredwr (Darlene Zschech cyf Arfon Jones)

EIN GOFAL NI

Arweinydd: Mae gofalu, felly, yn gyfrifoldeb i bob un ohonom – 'Câr dy gymydog fel ti dy hun.' Pan welwn ni rhywun yn fregus, yn ddiamddiffyn, mewn gwendid, gadewch i ni roi ein hunain yn eu esgidiau nhw a meddwl sut y buasem ni'n teimlo. Tybed sut y buasem ni eisiau i rywun ddangos gofal tuag atom ni pe tae ni yn eu sefyllfa hwy?
Meddai Iesu yn Mathew "Yn wir, rwy'n dweud wrthych, yn gymaint ag y gwnaethoch i un o'r lleiaf o'r rhain, fy nghymrodyr, i mi y gwnaethoch."(Mathew 25: 40)

GWEDDI:

Mae'n ddrwg gennym nad ydyn ni bob amser yn dangos gofal a chariad fel y dylem, nad ydyn ni bob amser yn sylwi ar anghenion pobl o'n cwmpas. Plîs helpa ni i fod yn gywir yn ein gofal. Plîs helpa ni i wneud popeth sy'n ofynnol i wneud yn siŵr fod ein capel yn le diogel a chroesawus ym mhob ffordd i bawb, ac yn arbennig i'r rhai sy'n fregus mewn unrhyw ffordd. Os oes yna lefydd lle mae ein gofal yn wan, dangos i ni, a rho'r nerth a'r brwdfrydedd i ni wella'r sefyllfa.
Gweddïwn dros y rhai yn ein cymdeithas sydd wedi dioddef mewn unrhyw ffordd oherwydd diffyg gofal. Gweddïwn dros yr henoed, dros blant ac ieuenctid a thros rai sydd mewn angen. Gweddïwn dros y rhai sydd wedi eu amharchu a'u camdrin. Gofynnwn i Ti fod yn agos at y rai sydd angen eu hamddiffyn a'r rhai sy'n ofnus, sy wedi cael eu clwyfo a'u brifo. Fugail Da diogela hwy, cysura hwy a dyro dy hedd iddynt. AMEN

EMYN 4: Bugail mwyn y Plant a'r Bregus[iv] Tôn: Bryntirion (Caneuon Ffydd 263)

Bugail mwyn y plant a'r bregus,
Meddyg doeth yr hen a'r gwan,
amddiffynwr y dioddefwr
a'r diniwed ym mhob man:
Arglwydd Iesu,
Gad i'n weithio gyda thi.

Yno'n gefn i rai mewn gofid,
yno'n glust i wrando cwyn,
yno'n gaer i'r diamddiffyn
yno'i weithio er eu mwyn.
Arglwydd Iesu
Gad i'n weithio gyda thi.

Dyro gariad a doethineb
ym mhob sgwrs a phob ymddwyn,
parch at bob un person gwerthfawr
buost farw er eu mwyn:
Arglwydd Iesu
Gad i'n weithio gyda thi

CASI JONES

DIWEDDGLO:

Arweindydd:Diolch am ymuno gyda ni heddiw yn ein Gwasanaeth Sul Diogelu. Mae'n dda treulio amser gyda'n gilydd yn feddwl a myfyrio ar y pwnc pwysig hwn. Mae diogleu yn rhywbeth ni ddylwn ei anwybyddu fel eglwys ac rydym yn

ddiolchgar nad oes rhaid i ni wneud hyn ar ein pennau ein hunain a bod y Panel Diogelu Cydenwadol[v] yno i'n helpu a'n cefnogi gydag unrhyw faterion diogelu a hyfforddiant. Wrth i ni gau ein Gwasanaeth Diogelu, rydym am gymryd y cyfle hwn i godi ymwybyddiaeth o'r panel a'r gwasanaeth a'r gefnogaeth y mae'n ei gynnig. Gall unrhyw un, aelodau ac arweinwyr gysylltu â'r panel a gallwch ddod o hyd i'w manylion cyswllt ar ein poster diogelu neu ar wefan y panel at panel.cymru.

Gadewch i ni ddod â'n gwasanaeth i ben heddiw drwy ddweud geiriau'r Gras wrth ein gilydd

Y FENDITH: Gras ein Harglwydd Iesu Grist, a chariad Duw, a chymdeithas yr Ysbryd Glan fyddo gyda ni oll. Amen

Paratowyd gan Nia Williams, Pwllheli

Nodiadau

---

[i] Gall y gwasanaeth hwn gael ei arwain gan un unigolyn neu byddai hefyd yn gweithio'n dda gyda nifer o bobl yn cymryd rhan gyda'r gweddïau, emynau a rôl yr arweinwyr a'r darlleniadau yn cael eu rhannu.
Os hoffech gynnwys rhai elfennau sy'n addas i blant yn eich gwasanaeth rydym yn argymell eich bod yn ymweld â Safeguarding Sunday | Thirtyone:eight (thirtyoneeight.org) lle gallwch gael mynediad at ystod ehangach o adnoddau a syniadau pellach ar gyfer Sul diogelu

[ii] I dderbyn linc i lawrlwytho'r ffilm 3 ½ munud anfonwch ebost i post@panel.cymru
Rydyn ni'n eich annog chi i wneud pob ymdrech i ddangos y ffilm gan ei bod hi'n ffordd effeithiol a chryno o rannu'r neges. Fodd bynnag, rydym yn gwerthfawrogi efallai nad oes gan rai eglwysi'r cyfleusterau i ddangos y ffilm yn ystod gwasanaeth. Fel dewis arall gall fod o gymorth i ddarllen sgript y ffilm sydd wedi'i chynnwys isod yn iii

[iii] **Sgript Ffilm Diogelu**
Mewn eglwys, mae'r teimlad o berthyn yn un cryf – ac efallai i ni roi'r cwlwm perthyn hwnnw ar brawf yn fwy nag erioed o'r blaen yn ystod cyfnod cythryblus y pandemig.
Ry'n ni'n perthyn i gynulleidfa, yn perthyn i enwad, yn perthyn i gymuned, fel teulu. Mae hynny'n bwysig. Ac fel unrhyw deulu arall, ry'n ni'n edrych ar ôl ein gilydd ac yn cynnal ein gilydd hefyd.
Dyna pam mae sicrhau diogelwch a gofalu am ein haelodau yn hanfodol – o'r ieuengaf i'r hynaf.
Yng Nghymru mae'r Panel Diogelu Cydenwadol wedi creu canllawiau diogelu syml ac ymarferol i ni eu defnyddio yn ein heglwysi ar ffurf llawlyfr eglur ynghyd â hyfforddiant hawdd ei ddilyn. Fe ddylai pob un ohonom gymryd mater diogelu o ddifrif.
Yn y newyddion y dyddiau hyn, fe glywn straeon ofnadwy am gam-drin a thrin pobol yn wael, ac yn aml iawn, fe feddyliwn ni'n dawel bach, 'Fyddai rhywbeth felly ddim yn digwydd i ni.' Ond y gwir yw y gall pethau gwael ddigwydd. Felly mae mater diogelu'n berthnasol i bob un ohonom, i bob unigolyn ac i bob eglwys, ac mae'n ddyletswydd ar aelodau o'r gymuned eglwysig i sicrhau diogelwch pawb, yn blant ac oedolion bregus. Yr ydym ni'n dod at ein gilydd fel eglwysi – yn gasgliad o unigolion o bob oed, pob cefndir a phob profiad – rhaid i ni fod yn ofalgar o'n gilydd ac o bawb.
Drwy gyfrwng yr hyfforddiant, rydym ni'n dysgu sut mae gwneud ein heglwysi'n fannau diogelach i bawb. Gall hyfforddiant ein helpu ni i fod yn hyderus ein bod ni'n gwneud ein rhan i ofalu am blant, pobol ifanc ac oedolion bregus yn ogystal â gweithwyr a gwirfoddolwyr.
Mae'r hyfforddiant yn ein dysgu ni sut mae sylwi ar bethau a allai fod yn arwyddion o bethau mwy pryderus, mae'n ein dysgu sut i wrando ar beth mae plant a phobl fregus yn ei ddweud, mae'r hyfforddiant hefyd yn ein dysgu ni sut mae ymateb yn hyderus ac mewn modd cadarnhaol a sensitif.
Mae diogelu'n berthnasol i bob un ohonom, fel Cristnogion fedrwn ni ddim fforddio peidio â'i gymryd o ddifri

[iv] Rydym yn ddiolchgar iawn i Parchedig Casi Jones am y geiriau arbennig yma i'w ganu i 'r tôn Bryntirion

[v] Sefydlwyd y Panel Diogelu Cydenwadol yn 2001 i gefnogi a chynghori'r eglwysi o Undeb yr Annibynwyr Cymraeg, Undeb Bedyddwyr Cymru ac Eglwys Bresbyteraidd Cymru ynghylch arferion diogelu yng nghyswllt eu gwaith gyda phlant a phobl ifanc ac oedolion bregus. Am fwy o wybodaeth am faterion diogelu, hyfforddiant diogelu neu ffurflenni DBS cysylltwch â swyddfa'r panel: post@panel.cymru / 01745 817584 neu ewch i'r wefan https://panel.cymru