Wythnos 4 /Adran Iau CA2
Alltudiaeth a Heddwch

Cynllun y sesiwn

Prif neges: 'Y Frechdan Ymddiried': Y Duw Perffaith. Trystiwch ynddo. Profwch Heddwch'

Adnodau Allweddol:

Daniel 6.21b–22, (beibl.net)

'O frenin! Boed i chi fyw am byth! Ydy, mae fy Nuw wedi anfon ei angel i gau cegau'r llewod, a dyn nhw ddim wedi mrifo i o gwbl. Achos roeddwn i'n ddieuog yng ngolwg Duw – ac yn eich golwg chi hefyd, eich mawrhydi. Wnes i ddim drwg i chi.'

Salm 18:30 (beibl.net)

'Mae Duw yn gwneud beth sy'n iawn; mae'r ARGLWYDD yn dweud beth sy'n wir. Mae fel tarian yn amddiffyn pawb sy'n troi ato.'

Adnoddau:

Bara - digon i bob plentyn gael dwy dafell	Jar siocled i'w daenu ar fara - bydd angen digon i roi haen drwchus, hael i bob plentyn!	Cyllell fenyn i bob plentyn	Pinnau ffelt a phensiliau	Masgiau (gellir argraffu'r rhain ar bapur neu gerdyn ysgafn, neu wedi'i dynnu'n fras i gynrychioli'r cymeriadau canlynol): Brenin Dareius, Daniel, Prif Weinidog, Llew, Angel
Taflen bapur A4 ar gyfer pob plentyn	Taflen gwestiynau mathemateg - paratowch oddeutu deg cwestiwn a gwnewch yn siŵr bod rhai ohonyn nhw'n anodd.	Lluniau ar gyfer y 'Stori Ymddiried'	Dau gerdyn - un gyda'r gair 'Duw, a'r llall gyda'r geiriau 'Ffrind Gorau'	Cyfleusterau i ddangos God's Story - ffilm Daniel ar YouTube: **www.youtube.com/watch?v=GY0pARvYcyw**

GWREIDDIAU *AC YSTYR* — EXODUS *A RHYDDID* — **ALLTUDIAETH** *A HEDDWCH* — MESEIA *A CHARIAD* — YSBRYD *A CHYMUNED* — GOBAITH *A CHARTREF*

'Twirl' o Gariad

Dewiswch wirfoddolwr a rhoi mwgwd arno neu gofynnwch iddo wynebu'r wal (fel na allant weld y tri gwirfoddolwr arall sydd ar fin cael eu dewis). Dewiswch dri gwirfoddolwr arall (gan fod yn ofalus i beidio defnyddio eu henwau wrth eu dewis), a rhowch rifau 2, 3, 4 iddynt. Rhowch gwestiwn yr wythnos hon i wirfoddolwr rhif 1 - os nad oes mwgwd arno gall ddarllen y cwestiwn yn uchel, neu os yw yn gwisgo mwgwd, gall yr arweinydd ei ddarllen (os bydd y rhai iau yn ei chael hi'n anodd i ddarllen y cwestiwn, efallai y bydd angen i'r arweinydd ddarllen). Dylech annog gwirfoddolwr 1 i wrando'n ofalus ar yr atebion y mae gwirfoddolwyr rhif 2, 3 a 4 yn eu rhoi. Rhaid iddyn nhw ddewis yr ateb gorau - a pwy bynnag maen nhw'n ei ddewis fel yr enillydd fydd yr un maen nhw'n rhannu'r 'Twirl' gyda nhw (gellir defnyddio unrhyw far siocled dau ddarn).

Cwestiynau'r wythnos hon (yn seiliedig ar yr hyn a ddysgodd y grŵp yn sesiwn yr wythnos ddiwethaf am ryddid):

· Pwy sy'n rhoi rhyddid inni? (Ateb: Duw)

· Pa bethau sydd ei angen arnom i fod yn wirioneddol rydd? (Ateb: Rheolau)

· Pa dri pheth y mae'n rhaid i ni eu gwneud i fod yn wirioneddol rydd? (Ateb: Ymddiried, gwrando a gwneud fel mae Duw yn ei ddweud)

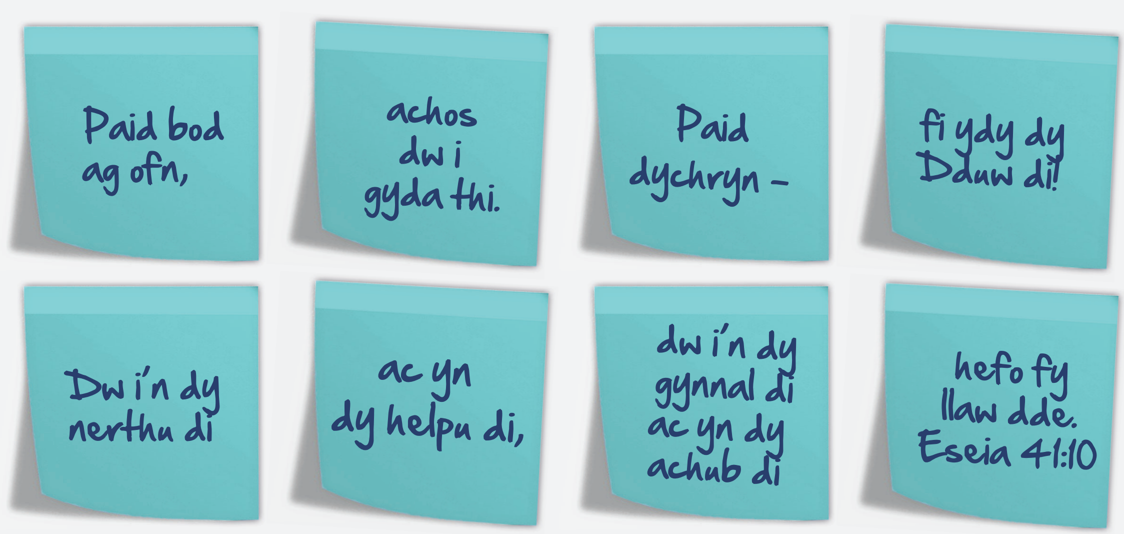
Addasu ar gyfer Zoom

- Gellir dal chwarae hyn os ydych ar Zoom - yn syml, mae angen i wirfoddolwr 1 roi mwgwd ei hun ymlaen o flaen y sgrin
- Pan ddewiswch eich tri gwirfoddolwr ychwanegol, ysgrifennwch eu henwau ar bapur a'u dal at y sgrin, fel y gallant weld a gwybod pwy rydych chi wedi'i ddewis
- Bydd angen i chi gael bar o Twirl gyda chi wrth eich ymyl i'w ddangos ar y sgrin ac esgus ei roi i'r enillwyr terfynol

Cychwyn gyda'r Beibl

Cyfeiriwch at adnod allweddol y Beibl - os ydych chi'n defnyddio papur, ysgrifennwch yr adnodau ar ddarnau gwahanol o bapur fel yn y diagram isod. Darllenwch yr adnod yn uchel gyda'ch gilydd

Dechreuwch bob darlleniad gyda'r llinellau hyn: *'Mae'r Beibl yn LLAWN o eiriau Duw. Mae'n gist drysor rhyfeddol, yn llawn o bethau hardd a phwysig. Beth sydd ganddo i'w ddweud wrthym ni heddiw?'*



Addasu ar gyfer Zoom

- Y ffordd hawsaf o wneud hyn yw cael yr adnod ar PowerPoint a rhannu eich sgrin
- Gallwch hefyd ei ysgrifennu ar bapur a'i ddal i fyny at y sgrin

Gweithgaredd: Brechdan Ymddiriedaeth

Rhowch ddau ddarn o fara i bob plentyn â thaeniad o siocled. Dywedwch wrth y plant eich bod yn mynd i wneud 'brechdan ymddiriedaeth' gyda'r cynhwysion canlynol:

· Un o'r tafelli o fara yw 'PERFFAITH'

· Y llall yw 'HEDDWCH'

Taenwch haen drwchus o siocled ar y dafell fara sydd ar y gwaelod sef tafell 'HEDDWCH'. Yna gwahoddwch nhw i geisio ysgrifennu (gyda'u bysedd) y gair 'YMDDIRIED' yn y siocled ac ychwanegu'r dafell uchaf i wneud brechdan.

Cymhwyso: Heddiw rydyn ni'n dysgu bod Duw yn BERFFAITH (cyfeiriwch at haen uchaf y frechdan) ac os ydyn ni'n YMDDIRIED yn Nuw (yr haen o siocled) gallwn ni brofi HEDDWCH waeth beth bynnag ddaw i'n rhan (cyfeiriwch at waelod y frechdan).

PEIDIWCH Â BWYTA'R BRECHDANAU. Rhowch nhw o'r neilltu (labelwch nhw os oes angen) - fe'u defnyddir ar gyfer gweddi greadigol yn nes ymlaen.

Addasu ar gyfer Zoom

· Efallai bydd modd gofyn i deuluoedd ymlaen llaw ddarparu'r cynhwysion sydd eu hangen i wneud y frechdan gyda chi ar eu sgriniau gartref

· Fel arall gallwch chi wneud un eich hun gartref ar y sgrin, er mwyn i'r plant eich gwylio

Gweithgaredd: Daniel

Esboniwch: Brechdan YMDDIRIEDAETH oedd bywyd cyfan Daniel. Roedd yn gwybod bod Duw yn berffaith, ac felly roedd yn ymddiried ynddo ac yn cael HEDDWCH hyd yn oed pan gafodd ei daflu i ffau 'llewod'!

Gwyliwch: Crossroads Kids: God's Story - Daniel: www.youtube.com/watch?v=GY0pARvYcyw

Darllenwch: Stori Daniel yn Daniel 6 allan o beibl.net.

Neu rhowch gynnig ar y stori hon...

Sicrhewch fod eich masgiau'n barod ar gyfer y Brenin Dareius, Daniel, Prif Weinidog, Llew ac Angel. Byddwch yn barod i gyfnewid eich masgiau yn unol â'r stori - mwynhewch ychydig o hwyl wrth i chi adrodd y stori yn gyflym.

Mwgwd y Brenin Dareius: Roedd y Brenin Dareius yn hoffi Daniel. Roedd Daniel yn weithiwr caled.

Mwgwd Daniel: Roedd Daniel yn weithiwr gwych a gwnaeth y Brenin ef yn fòs *(hwrê)*.

Mwgwd y Prif Weinidog: Roedd y Prif Weinidogion eraill yn genfigennus *(synau mwmian a chwyno)*.

Mwgwd Daniel: Roedd Daniel yn enwog am fod yn ddyn da a dibynadwy; ni wnaeth erioed unrhyw beth amheus *(hwrê)*.

Mwgwd y Prif Weinidog: Felly lluniodd y Prif Weinidogion gynllun i dwyllo Daniel *(mwgwd Daniel)* A'r Brenin *(mwgwd brenin) (mwgwd y Prif Weinidog: synau mwmian a chwyno)*.

Un diwrnod aeth y Prif Weinidogion i weld y Brenin *(synau mwmian a chwyno)*.

Mwgwd y Brenin Dareius: Roedd y Brenin yn hoff o gael ei ganmol a'i glodfori gan ei Brif Weinidogion ac roeddent yn gwybod hynny *('Rydw i mor wych')*.

Mwgwd y Prif Weinidog: *(lleisiau uchel-ael)* O! Frenin, rwyt ti mor wych.

Mwgwd y Brenin Dareius: Ydw, mi ydw i!

Mwgwd y Prif Weinidog: Credwn y dylai pawb orfod gweddïo arnat ti am y 30 diwrnod nesaf.

Mwgwd y Brenin Dareius: Syniad gwych.

Mwgwd y Prif Weinidog: Os na wnânt… beth am ei gwneud yn gyfraith… eu bod yn cael eu taflu i ffau'r llewod.

Mwgwd y Brenin Dareius: Syniad gwych arall! Gwnewch hyn yn gyfraith!

Mwgwd y Prif Weinidog: Roedd y Prif Weinidogion yn slei iawn. Roeddent yn gwybod na fyddai Daniel BYTH yn gweddïo ar Dareius. Byddai Daniel byth yn gweddïo ar neb heblaw Duw! *(chwerthiniad slei)*

Mwgwd Daniel: Roedd Daniel yn gwybod, waeth beth ddywedodd y Brenin, mai Duw oedd y Brenin GO IAWN a phwysicaf. Roedd Daniel yn gwybod bod Duw yn berffaith. Felly gweddïodd Daniel dair gwaith y dydd am 30 diwrnod i Dduw, yn union fel y gwnaeth erioed. *('Annwyl Dduw, rwyt ti'n berffaith, gweddïaf arnat.')*

Mwgwd y Prif Weinidog: Fe wnaeth y Prif Weinidogion ysbïo ar Daniel *(sshhh)*, gan wybod beth y byddai'n ei wneud, a rhedeg yn ôl at y Brenin i gwyno am Daniel *(synau mwmian a chwyno a chwerthin slei)*.

(lleisiau slei uchel-ael) O! Frenin. Mae Daniel wedi torri dy gyfraith, mae Daniel wedi bod yn gweddïo ar ei Dduw ac nid arnat ti. *(dechrau llafarganu)* Ffau'r Llewod, Llewod ffyrnig, Ffau'r Llewod, Ffau, Ffau Ffau

Mwgwd y Brenin Dareius: Roedd y Brenin mor drist. Roedd yn hoffi Daniel. *('O! Daro, daro!')* Ceisiodd gael Daniel allan o'r picil, ond ni allai - wedi'r cyfan y gyfraith yw'r gyfraith. *('Anfonwch Daniel at y Llewod - rhowch e yn y ffau')*

Mwgwd y Prif Weinidog: *(gyda chwerthiniad slei a synau buddugoliaethus)* IE! HWRÊ!

Mwgwd Daniel: Cafodd Daniel ei daflu i'r ffau gyda'r llewod *(mwgwd llew)*. Er hynny, nid oedd Daniel *(mwgwd Daniel)* yn ymddangos yn ofnus. YMDDIRIEDODD Daniel yn Nuw. Roedd hyd yn oed yn ymddangos nad oedd yn poeni o gwbl am gael ei daflu i ffau'r 'llewod' a chael carreg anferth wedi'i rholio o'i blaen fel na allai fynd allan. Cafodd heddwch. *(Sain heddychlon 'ahhhh')*.

(mwgwd llew) Gwasgodd y llewod i mewn i'r ffau. *(mwgwd Daniel)* Ond cafodd Daniel heddwch. *(mwgwd llew)* Roedd y llewod yn llwglyd. *(mwgwd Daniel)* Ond roedd Daniel yn ymddiried yn Nuw. *(mwgwd llew)* Ymgasglodd y llewod yn agosach at Daniel *(mwgwd angel wedi'i osod dros y mwgwd llew)*. *(mwgwd angel)* Ond yna daeth angel a chau cegau POB UN o'r llewod.

Mwgwd y Brenin Dareius: Bore trannoeth rhuthrodd y Brenin i ffau'r llewod. Galwodd i mewn, 'A yw dy Dduw di wedi dy achub di Daniel?'

Mwgwd Daniel: Roedd Daniel, a oedd wedi ymddiried yn Nuw o'r dechrau, mor bwyllog a heddychlon ag yr oedd ddoe. 'Fe anfonodd Duw angel i gau cegau'r llewod. Nid ydyn nhw wedi brifo fi o gwbl. '

Mwgwd y Brenin Dareius: Roedd y Brenin Dareius wedi gwirioni ac wrth ei fodd *(hwrê)* ac aed ati i dynnu Daniel allan o ffau'r llewod. Nid oedd yr un clais na marc ar Daniel oherwydd ei fod wedi ymddiried yn Nuw.

Taflodd y Brenin Dareius y Prif Weinidogion yn ffau'r llewod yn ei le.

Mwgwd y Prif Weinidog: BETH?

Mwgwd llew: Mmmm, lym, lym, lym.

Chi: Dwi'n siŵr y byddai'r Prif Weinidogion wedi hoffi cymryd brathiad o frechdan 'ymddiried yn Nuw' Daniel!

Gweithgaredd: Duw Perffaith

Rhowch ddarn o bapur A4 a beiro i bob plentyn. Gwahoddwch y plant i geisio tynnu llinell hollol syth ar draws y papur heb unrhyw droadau na simsanu o un pen i'r llall. Gofynnwch iddyn nhw ddal eu papur i fyny i weld pwy dynnodd y llinell fwyaf syth.

Nawr gofynnwch i'r plant a allan nhw ateb pob un o'ch cwestiynau mathemateg. Yna paratowch gymysgedd o gwestiynau mathemateg: rhai adio, tynnu a lluosi, yn amrywio o rai hawdd i rai anodd iawn. Os ydych chi'n credu y byddai hyn yn rhy heriol, fe allech chi ofyn pwy sy'n dda mewn mathemateg a dewis rhai sy'n barod i roi cynnig ar eich her mathemateg.

Cymhwyso: Ni all unrhyw un dynnu llinell berffaith syth bob tro, na bob amser ateb pob cwestiwn mathemateg anodd yn berffaith. Rydyn ni i gyd yn gwneud camgymeriadau weithiau. Ond mae Duw yn gwneud POB peth yn berffaith. Gall Duw dynnu llinell yn berffaith - hyd yn oed heb bren mesur! Gall Duw ateb y cwestiynau mathemateg anoddaf yn y byd yn berffaith - hyd yn oed heb gyfrifiannell! Nid oes dim yn rhy heriol nac yn anodd i Dduw. Mae Duw yn berffaith ac yn gwneud popeth yn berffaith. Dyna pam mae gennym reswm mawr i ymddiried ynddo, hyd yn oed pan rydyn ni'n dod ar draws pethau brawychus neu bryderus.

Gweithgaredd: Senario Ymddiriedaeth

Gofynnwch i'r plant sut roedd Daniel yn gallu ymddiried yn Nuw yn y stori. Mewn gwirionedd, roedd yn rhaid iddo ymddiried yn Nuw ddwywaith. A allan nhw ddweud wrthych beth oedd y ddau dro y bu'n rhaid i Daniel YMDDIRIED yn Nuw? (**Ateb:** wrth weddïo ar Dduw, nid y Brenin Dareius, a phan oedd yn ffau'r llewod '.)

Dywedwch wrth y plant eich bod chi'n mynd i roi cychwyn stori iddyn nhw ac mae'n rhaid iddyn nhw ddewis pwy fyddan nhw'n ymddiried ynddo. Bydd pwy maen nhw'n ymddiried ynddo yn pennu diwedd y stori. Sicrhewch fod eich lluniau'n barod i ddarlunio'r stori.

Pwy wyt ti'n Ymddiried ynddo?
Rwyt ti yn yr ysgol. Yn dy ysgol, mae un person yn dy ddosbarth sydd bob amser yn gwneud dy ddiwrnod ychydig yn anodd neu ychydig yn heriol. Efallai y bydd yn dy anwybyddu, efallai y bydd yn chwerthin ar dy ben wrth i ti gerdded heibio, neu efallai y bydd yn dweud na fedri di ymuno â'r gêm maen nhw'n ei chwarae gyda rhai o'th ffrindiau amser egwyl. Y person hwnnw yw'r un person sydd bob amser yn gwneud dy ddiwrnod ychydig yn anoddach ac ychydig yn fwy heriol. Heddiw, serch hynny, mae'r un person hwn ar ei ben ei hun yn yr iard chwarae ac mae'n crio.

BETH WYT TI'N WNEUD? PWY WYT TI'N YMDDIRIED YNDDO?

Dangoswch ddau gerdyn i'r plant, un sy'n dweud 'DUW' a'r llall 'FFRIND GORAU'.

Caniatewch i'r plant ddewis eu cerdyn. Yn dibynnu ar y cerdyn maen nhw'n ei ddewis, rhannwch y senario DUW neu FFRIND GORAU:

DUW	FFRIND GORAU
Rwyt ti'n YMDDIRIED yn yr hyn mae Duw yn ei ddweud. Dywed Duw, 'Carwch eich gelynion'. Felly, rwyt ti'n mynd i fyny at y person hwn ac yn gofyn iddo, 'Wyt t'n iawn? Alla i helpu?' Waeth sut mae o'n ateb, rwyt ti'n dal i YMDDIRIED yn Nuw, sy'n dweud, 'Carwch eich gelynion'. Rwyt ti'n eistedd gyda'r person ac rwyt ti'n ei wahodd i chwarae gyda thi. Rwyt ti'n gwneud beth bynnag sydd ei angen i'w helpu i deimlo'n well. **Drannoeth …** Mae'r person hwnnw sydd bob amser yn gwneud dy ddiwrnod yn drist ac yn ddrwg yn gwenu arnat ti pan rwyt yn cyrraedd yr ysgol. Nid yw'n siarad gyda thi, nac un trio cymdeithasu gyda thi, ond nid yw yn gwneud dy ddiwrnod yn drist neu'n ddrwg chwaith. (a pwy a ŵyr, efallai gydag amser y byddwch chi yn dod yn ffrindiau.)	Mae dy ffrind gorau yn dweud, 'Gad lonydd iddo! Mae'n haeddu bod yn drist. Mae o'n gwneud i ti deimlo'n drist bob dydd! ' Rwyt ti'n cytuno. Mae'r person hwn yn aml yn gwneud i ti deimlo'n drist. Nid yw'r person hwn byth yn dod i dy helpu di pan fyddi di ar dy ben dy hun ac yn drist amser egwyl. Felly rwyt ti'n edrych arno am eiliad, maen o'n dy weld di, ond rwyt ti'n troi i ffwrdd ac yn mynd oddi yno i chwarae gyda'th ffrind gorau. **Drannoeth …** Y diwrnod wedyn, nid yw'r person hwn sydd bob amser yn gwneud dy ddiwrnod yn drist ac yn ddrwg yn yr ysgol. Mewn gwirionedd, nid yw yn yr ysgol am weddill yr wythnos. Mae rhywun yn dweud wrthyt nad yw tad y person hwn yn hwylus o gwbl. Pan ddaw i'r ysgol yr wythnos ganlynol, mae'n dy weld wrth i ti gerdded i mewn i'r ysgol ac mae'n defnyddio eu hysgwydd yn fwriadol i'th wthio allan o'r ffordd. Mae fel petai'r person hwn bellach ar genhadaeth i wneud pob dydd yn ddrwg ac annifyr i ti!

Pa bynnag senario mae'r plant yn ei ddewis, gwnewch yn siŵr eich bod chi'n darllen yr un arall hefyd.

Gofynnwch iddyn nhw a oedden nhw wedi ymddiried yn y person iawn. Beth yw eu barn?

Cymhwyso: Os yw Duw yn berffaith a bod ei holl ffyrdd yn berffaith, yna ymddiried ynddo, hyd yn oed pan mae'n ymddangos yn wallgof, yw'r dewis gorau bob amser. Meddyliwch am Daniel. Roedd yn gwybod y byddai gweddïo ar Dduw ac nid y Brenin yn golygu y bydda'n cael ei daflu i ffau'r llewod. Ond pwy ddaru Daniel ddewis ymddiried ynddo? Wel ie, yn Nuw! Ac yn y diwedd fe weithiodd popeth allan yn dda.

Gweithgaredd - Heddwch

Bydd angen i chi greu graddfa fertigol gan ddefnyddio'ch dwylo, gyda bwlch rhwng eich llaw uchaf ac isaf. Esboniwch fod eich llaw uchaf yn golygu 'Yn Bryderus iawn' a bod eich llaw isaf yn golygu 'Ddim yn bryderus - heddwch'.

Gofynnwch iddyn nhw ble roedd Daniel ar y raddfa 'poeni' ym mhob rhan wahanol o'r stori. (Gwnewch yn siŵr eich bod yn cynnwys pryd y pasiwyd y gyfraith a phryd y cafodd ei daflu i ffau'r llewod.)

Cymhwyso: Mae'n ymddangos nad yw Daniel yn poeni o gwbl. Mae'n ymddangos ei fod yn heddychlon iawn. Y noson pan oedd yn ffau'r 'llewod' cafodd heddwch - pam? Oherwydd iddo ymddiried yn ei Dduw perffaith!

Gweithgaredd: Brechdan Ymddiriedaeth

Cyfeiriwch yn ôl at eich 'Brechdan Ymddiriedaeth'.

- Tafell fara un - mae Duw yn BERFFAITH - mae ei holl ffyrdd yn berffaith
- Taeniad siocled - Rhaid inni YMDDIRIED yn ein Duw perffaith, hyd yn oed os yw hynny'n ymddangos yn wallgof
- Tafell fara dau - Fe allwn ni gael HEDDWCH pan rydyn ni'n ymddiried yn Nuw, hyd yn oed pan fydd ein pryderon yn fawr ac yn frawychus

Gweddi Greadigol

Rhowch y brechdanau yn ôl i bob plentyn. Gofynnwch iddyn nhw gau eu llygaid a bwyta'r frechdan yn dawel. Fel y gwnânt, gweddïwch y weddi ganlynol drostynt:

Gweddïwch:

Iesu, rydyn ni'n diolch i ti dy fod ti yn berffaith.

Mae popeth rwyt ti'n ei wneud yn berffaith.

Diolch bod hyn yn golygu y gallwn ymddiried ynot ti am bob dim.

Beth bynnag sy'n ein poeni, gallwn gael heddwch oherwydd gwyddom y gallwn ymddiried ynot ti. Amen

Gofynnwch i'r plant anadlu i mewn ac allan yn araf. Dywedwch wrthyn nhw fod heddwch y gwrthwyneb i boeni - mae'n llonyddwch y mae Duw yn ei roi inni, ni waeth beth.

Gwahoddwch y plant i rannu eu pryderon gyda Duw, gan ddweud, 'Heddiw Iesu, rwy'n poeni am ...' (anogwch y plant i ddweud rhywbeth sy'n cynrychioli unrhyw bryderon sydd ganddyn nhw ... ysgol/fy nheulu ac ati. Ar y diwedd dywedwch, 'Rwy'n dewis cofio dy fod ti'n berffaith, mae dy holl ffyrdd yn berffaith a byddaf yn ymddiried ynot ti.'

Gweithgaredd Crefft Opsiynol

Bydd angen:

Cerdyn	Pinnau/Creonau	Siswrn	Templedi mwgwd Angel a Llew (gellir eu gwneud gartref neu eu hargraffu o'r rhyngrwyd)	Pinnau hollt

Rhowch y mwgwd angel ar ben y mwgwd llew, gan ddefnyddio pin hollt ar y gwaelod i'w dal gyda'i gilydd.

Llithrwch y mwgwd angel dros y llew a, bob tro y gwnewch hyn, dywedwch, *'Mae Duw yn berffaith, rwy'n ymddiried ynddo ac nid oes angen i mi boeni heddiw.'* Efallai gallech ofyn i'r plant ysgrifennu, 'Mae Duw yn berffaith, rwy'n ymddiried ynddo ac nid oes dim angen i mi boeni heddiw', o amgylch wyneb mwgwd yr angel.

Sesiwn nesaf:

Sesiwn 5: Meseia a Chariad