ALLTUDIAETH
A HEDDWCH

Sesiwn 4: Alltudiaeth a Heddwch

Arweiniad Grwpiau Bychan

Cynhesu (cysylltu â'r thema)

Gwrandewch ar 'The Sound of Silence' gan Simon & Garfunkel, ac ystyriwch thema tywyllwch / tawelwch / alltudiaeth yn y geiriau. A yw'r gân hon yn dal i atsain heddiw?

Er gwaethaf camau mewn gwyddoniaeth a thechnoleg, mae arbenigwyr wedi galw'n hoes ni yn "oes pryder". Sut ydych yn gweld hyn yn ein byd heddiw? Sut ydym yn delio â'n pryder ni? A yw heddwch go iawn yn bosib heddiw neu ai rhith yw hynny?

Neges (fideo cryno)

Fideo pump i saith munud gan Jos Edwards sy'n crynhoi stori fawr y Beibl a sut mae'n berthnasol i'n bywydau ni.

Darlleniadau beiblaidd (i'w cyd-ddarllen)

Barnwyr 3.7-11; Jeremeia 25.8-14; Salm 137.1-9; Eseia 43.1-7; Jeremeia 29.1-14; Daniel 1.1-21; Eseia 9.1-7

Amser trafod

- Ym mha ffordd ydym ni i gyd yn byw oddi cartref, ac yn gallu profi math o alltudiaeth?
- Yn ystod cyfnod y barnwyr a'r brenhinoedd, aeth Israel yn sownd mewn cylchoedd negyddol. Pa batrymau o ymddygiad sy'n dwyn ein heddwch oddi wrthym? Sut allwn ni dorri'r cylchoedd negyddol hyn?
- Yn y chweched ganrif CC, profodd Israel dywyllwch alltudiaeth. Ydych chi wedi wynebu tymhorau o boen a dioddefaint? Sut ydych chi a phobl yr ydych yn eu hadnabod wedi profi heddwch Duw yn a thrwy stormydd bywyd?
- Er gwaethaf alltudiaeth, mae Daniel yn dangos bob pobl Dduw yn medru "ennill oddi cartref". Pa arferion penodol sydd yn help i ni wrthsefyll diwylliant gelyniaethus?
- Sut mae syniad y Beibl am heddwch ('shalom') yn help i ni ddeall ystyr heddwch go iawn?

Amser ymateb (adlewyrchu a gweddïo)

Nodwch rai pethau sy'n bygwth eich heddwch heddiw. Wedyn, gwrandewch ar 'Surrounded' gan Michael W Smith, a gadewch i Dduw amgylchynu eich ofnau gyda'i bresenoldeb heddiw. Pwy yn eich bywyd sydd angen heddwch heddiw? A fyddech yn medru estyn allan atynt heno gyda neges a dwyn heddwch iddynt?

Cynnwys dyddiol

Parhewch â'r daith yr wythnos hon trwy ddarllen y penodau dyddiol o gynnwys ac Ysgrythur yn llyfr y gyfres gan Andrew Ollerton, *The Bible: A Stori that makes sense of life* (Hodder).