

Mi a droaf yn awr

Turning aside

Cydymaith i'r Grawys
A Lent companion



Esgobaeth
Bangor
The Diocese
of Bangor

Cyflwyniad

Introduction

Nid brysio yw bywyd
at ddyfodol sy'n cilio, na chwantu
am orffennol y dychymyg. **Ond troi**
yn awr fel Moses i weld y berth
yn llosgi'n dân, a gwyrth
y goleuni a welaist gynt ar wib,
ar doriad gwawr,
ac a fydd dragwyddoldeb dy fachlud.

Life is not hurrying
on to a receding future, nor hankering after
an imagined past. **It is the turning**
aside like Moses to the miracle
of the lit bush, to a brightness
that seemed as transitory as your youth
once, but is the eternity that awaits you.

o | from "The Bright Field"
gan | by R. S. Thomas (1913-2000)

A Moses oedd yn bugeilio defaid Jethro ei chwegrwn, offeiriad Midian: ac efe a yrrodd y pridd o'r tu cefn i'r anialwch, ac a ddaeth i fynydd Duw, Horeb. Ac angel yr Arglwydd a ymddangosodd iddo mewn fflam dân o ganol perth: ac efe a edrychodd, ac wele y berth yn llosgi yn dân, a'r berth heb ei difa. A dywedodd Moses, "**Mi a droaf yn awr**, ac a edrychaf ar y weledigaeth fawr hon, paham nad yw'r berth wedi llosgi." Pan welodd yr Arglwydd ei fod efe yn troi i edrych, Duw a alwodd arno o ganol y berth, ac a ddywedodd, "Moses, Moses." A dywedodd yntau, "Wele fi."

Moses was keeping the flock of his father-in-law Jethro, the priest of Midian; he led his flock beyond the wilderness, and came to Horeb, the mountain of God. There the angel of the Lord appeared to him in a flame of fire out of a bush; he looked, and the bush was blazing, yet it was not consumed. Then Moses said, "**I must turn aside** and look at this great sight, and see why the bush is not burned up." When the Lord saw that he had turned aside to see, God called to him out of the bush, "Moses, Moses!" And he said, "Here I am."

Exodus 3:1-4

Pan fyddwn ni'n myfyrio ar yr Ysgrythur lân, mae fel pe bydden ni'n "troi o'r neilltu". Pan fyddwn ni'n gwrando ar farddoniaeth, rydyn ni'n troi o'r neilltu. Pan fyddwn ni'n edrych yn ôl ar gyfnodau pwysig, sanctaidd yn ein bywydau ni'n hunan, rydyn ni'n troi o'r neilltu.

When we meditate on holy Scripture, it is as though we "turn aside." When we listen to a poem, we turn aside. When we look back on important, holy episodes in our own lives, we turn aside.

Rydyn ni'n troi o'r neilltu, fel y gwnaeth Moses, y tu cefn i'r anialwch, i edrych ar y berth yn llosgi'n dân. Fel Moses, rydyn ni'n troi oddi wrth ein tasgau beunyddiol i edrych ar rhywbeth cyffredin sydd eto'n anghyffredin, i syllu ar y dirgelwch, ac, yno, yn gweld cip o wirionedd. Rydyn ni'n troi o'r neilltu i geisio deall mwy am Dduw, i glywed Duw'n siarad.

Yn ôl traddodiad, cyfnod yw'r Grawys i edifarthau ac i gyflawni cymwynasau; mae hefyd yn adeg i astudio, i geisio deall mwy am Dduw. Trwy'r Ysgrythur, trwy farddoniaeth a thrwy stori, rydyn ni'n cael ein gwahodd y Grawys hwn yn Esgobaeth Bangor i droi o'r neilltu, ac i gesio deall mwy am Dduw; yn wir, fe weddiwn, i droi o'r neilltu a chlywed Duw'n siarad.

I glywed Duw yn siarad: **Duw sy'n ddyllder bywyd; Duw sy'n drywydd, a chymundod, ac angerdd, a llonyddwch; Duw sydd wrth ein traed ac yn nhragwyddoldeb; Duw sy'n fywyd nad yw'n marw.**

We turn aside as Moses did, at the west side of the wilderness, to look at the burning bush. Like Moses, we turn aside from our daily tasks to look at an ordinary yet extraordinary thing, to gaze at the mystery, and, there, to see something of the truth revealed to us. We turn aside to seek to understand more of God, to hear God speak.

Lent is, by ancient tradition, a time for penitence and acts of charity; it is also a time for study, for seeking to understand more of God. Through Scripture, poetry and story, we are invited this Lent in the Diocese of Bangor to turn aside, and to seek to understand more of God; indeed, we pray, to turn aside and hear God speak.

To hear God speak: **God who is the depth of life; God who is quest, and communion, and passion, and stillness; God who is by our feet and in eternity; God who is life that does not die.**

Cynnwys

Content

3.

**Sut mae'r llyfrynn hwn yn
ein galluogi i droi o'r neilltu
y Grawys hwn?**

How does this book enable
us to turn aside this Lent?

6.

Cwestiynau ar ôl darllen cerdd
Questions after reading a poem

8.

Lectio divina

12.

Trefn ar gyfer lectio divina
An order for lectio divina

14.

Tystiolaethu
Testimony

16.

Rhoi tystiolaeth
Giving testimony

17.

Gwrando ar dystiolaeth
Listening to testimony

18.

Wythnos Dydd Mercher Lludw
The week of Ash Wednesday

24.

Wythnos gyntaf y Grawys
The first week of Lent

30.

Ail wythnos y Grawys
The second week of Lent

36.

Trydedd wythnos y Grawys
The third week of Lent

42.

Pedwaredd wythnos y Grawys
The fourth week of Lent

48.

Pumed wythnos y Grawys
The fifth week of Lent

54.

Yr Wythnos Fawr
Holy Week

60.

Wythnos y Pasg
Easter Week

Sut mae'r llyfrynn hwn yn ein galluogi i droi o'r neilltu y Grawys hwn?

How does this book enable us to turn aside this Lent?

Mae'r llyfrynn hwn, *Mi a droaf yn awr*, yn cynnwys deunydd am wyth wythnos – o wythnos Dydd Mercher Lludw hyd at wythnos y Pasg. Mae'r wyth wythnos yma'n gyfle i ni ystyried wyth agwedd o Dduw: Duw sy'n (1) ddyfnder bywyd; Duw sy'n (2) drywydd, a (3) chymundod, ac (4) angerdd, a (5) llonyddwch; Duw sydd (6) wrth ein traed ac (7) yn nhragwyddoldeb; Duw sy'n (8) fywyd nad yw'n marw.

Mae *Mi a droaf yn awr* hefyd yn ein hannog i archwilio tair ffordd o droi o'r neilltu i glywed y Duw hwn yn siarad: (1) yr Ysgrythurau, (2) barddoniaeth a (3) stori; ac mae'r rhain yn cael eu cyflwyno isod.

Gellir defnyddio *Mi a droaf yn awr* yn bersonol ac yn breifat ar gyfer defosiwn yn y cartref yn ystod y Grawys. Gellir hefyd ei ddefnyddio mewn grwpiau tai neu fel cwrs Grawys Ardal Weinidogaeth. Os ydych chi'n defnyddio *Mi a droaf yn awr* mewn grŵp, gellid neilltuo amser ar gyfer pob un o'r tri dull o archwilio – yr Ysgrythur, barddoniaeth a stori; neu efallai bydd y grŵp, yn dibynnu ar ei ffurf a'i ddynameg, eisiau canolbwytio ar ddim ond un neu ddau o'r dulliau hyn.

This booklet, *Turning aside*, provides material for eight weeks – from the week of Ash Wednesday to Easter Week. These eight weeks offer us the opportunity to consider eight aspects of God: God who is (1) the depth of life; God who is (2) quest, and (3) communion, and (4) passion, and (5) stillness; God who is (6) by our feet and (7) in eternity; God who is (8) life that does not die.

Turning aside also encourages us to explore three ways of turning aside to hear this God speak: (1) Scripture, (2) poetry and (3) story; and these are introduced below.

Turning aside can be used personally and privately for devotion at home during Lent. It can also be used by house groups or as a Ministry Area Lent course. If using *Turning aside* in a group context, time could be devoted to all three methods of exploration – Scripture, poetry and story; alternatively, the group, depending on its make-up and dynamic, might want to focus on only one or two of these methods.

Yr Ysgrythur

Pob wythnos, mae'r Efengyl ar gyfer y Sul canlynol yn cael ei chynnig. Estynnir gwahoddiad i droi o'r neilltu a'i hystyried mewn dyfnder, gan adael iddi siarad â nid yn unig yn ystod gwasanaeth y Sul ond dros gyfnod o sawl diwrnod. Beth am ddarllen yr Efengyl yn ystod yr wythnos a dod i'w hadnabod, fel ein bod yn ei chlywed gyda chlustiau cyfarwydd ar y Sul? Beth adael iddi atseiniwr trwy'r dyddiau canlynol, nes bod yr Efengyl nesaf yn cael ei darllen?

I helpu gyda'n darllen, mae *Mi a droaf yn awr* yn argymhell yr arfer o *lectio divina* – arfer hynafol o gysylltu â'r Beibl sy'n cael ei gyflwyno'n nes ymlaen yn y llyfryn hwn. Mae *lectio divina* yn ddisgyblaeth dda os ydych chi'n dilyn *Mi a droaf yn awr* yn breifat, yn y cartref yn ystod y Grawys; mae hefyd yn ffordd effeithiol o ddarllen yr Ysgrythurau gyda'ch gilydd os ydych chi'n defnyddio *Mi a droaf yn awr* fel rhan o grŵp tŷ neu gwrs Grawys Ardal Weinidogaeth.

Mae'r darnau o'r Ysgrythur a ddefnyddir yma'n ffurfio cyfres y mae'r Eglwys wedi'i defnyddio dros sawl blwyddyn i fod yn gydymaith i ni yn ystod y Suliau o'r Grawys tan y Pasg; maen nhw'n cael eu darllen pob tair blynedd fel rhan o gylch tair blynedd o ddarleniadau. Maen nhw hefyd, fod bynnag, yn cynnwys atseiniaw – weithiau'n glir, weithiau'n bellach – o agweddau o Dduw y canolbwytir arnyn nhw yn ystod yr wythnosau o *Mi a droaf yn awr*. Mae'r darnau hynny o'r Ysgrythur wedi'u hargraffu'n llawn yn y llyfryn hwn.

Yr unig eithriad i'r patrwm o ddefnyddio Efengyl y Sul canlynol yw'r darn Ysgrythurol a gynigir yn ystod Wythnos y Pasg, sy'n un o'r darleniadau o'r Testament Newydd ar Sul y Pasg (Colossaid 3:1-4).

Scripture

Each week, the Gospel passage for the following Sunday is offered. We are invited to turn aside and look into it deeply, allowing it to speak to us not just at the Sunday service but over the course of several days. Why not read the Gospel passage during the week, and come to know it, so that we hear it with familiar ears on Sunday? Why not then allow it to echo through the following days, until the next Gospel passage is read?

To help our reading, *Turning aside* recommends the practice of *lectio divina*, and this ancient practice of engaging with the Bible is introduced later in this booklet. *Lectio divina* is a good discipline if you're following *Turning aside* privately, at home during Lent; it's also an effective way of reading the Scriptures together if you're using *Turning aside* as part of a house group or a Ministry Area Lent course.

The Scriptural passages used here form a series used by the Church over many years to accompany us during the Sundays of Lent into Easter, and are read every three years, as part of a three-year cycle of readings. They also, however, contain echoes – sometimes loud, sometimes more distant – of the aspects of God that are the focus of the weeks of *Turning aside*. The passages are printed in full in this booklet.

The one exception to the pattern of using the Gospel passage for the following Sunday is the Scriptural passage offered during Easter Week, which is one of the New Testament readings on Easter Day (Colossians 3:1-4).

Barddoniaeth

Pob wythnos, cynigir cerdd gan fardd o Gymru. Mae pob cerdd yn cynnig safbwyt defosiynol neu ddychmygus ar agwedd o Dduw sy'n ganolbwyt i'r wythnos yn *Mi a droaf yn awr*.

Mae rhai o'r cerddi wedi'u cyfansoddi'n wreiddiol yn Gymraeg, rhai eraill yn Saesneg. Mae pob un yn ymddangos yn ddwyieithog yma, tair yn gyfieithiadau newydd. Mae paragraff byr i ganlyn pob cerdd sy'n cynnig dehongliad neu ddatgeliad o'r gerdd. Os ydych chi'n dilyn *Mi a droaf yn awr* yn breifat neu fel rhan o grŵp tŷ neu gwrs Grawys Ardal Weinidogaeth, pam na wnewch chi ddarllen y gerdd yn uchel, efallai fwy nac unwaith. Cynigir rhai cwestiynau isod y gellir eu gofyn, yn breifat neu mewn trafodaeth grŵp, ar ôl darllen y gerdd.

Yr unig gerdd na chafodd ei ysgrifennu'n wreiddiol gan fardd o Gymru yw "Y wledd nefol", sydd i'w darllen yn ystod ail wythnos y Grawys. Mae'n cael ei chynnwys i gydnabod y cysylltiad clos a oedd yn bodoli yn yr Eglwys yn y canol oesoedd cynnar ar draws Môr Iwerddon. Cafodd y gerdd hon ei hysgrifennu'n wreiddiol yn y Wyddeleg, fwyaf tebyg yn ystod y ddegfed ganrif. Mae'n cael ei phriodoli weithiau i Santes Ffraid, nawdd santes esgobaethau Míth a Chil Dara ein chwaer eglwys, Eglwys Iwerddon. Cynthia Davies, gweddw'r diweddar Esgob Bangor, Saunders Davies, â'i cyfieithodd i'r Gymraeg.

Poetry

Each week, a poem is offered by a Welsh poet. Each poem offers a devotional or imaginative perspective on the aspect of God that is the focus of the week in *Turning aside*.

Some of the poems were originally composed in Welsh, others in English. They all appear bilingually here, three of them in new translations. Each poem is accompanied by a short paragraph offering an interpretation or an unfolding of the poem. If you're following *Turning aside* privately or as part of a house group or Ministry Area Lent course, why not read the poem out loud, perhaps more than once? Some questions are offered below that can be asked, privately or in a group discussion, after reading the poem.

The one poem not originally written by a Welsh poet is "The heavenly banquet", to be read during the second week of Lent. Included in recognition of the close ties that existed in the early medieval Church across the Irish Sea, this poem was originally composed in Irish, in all likelihood in the tenth century. It is occasionally attributed by tradition to St Brigid, the patron saint of our linked Church of Ireland dioceses of Meath & Kildare. The Welsh translation is by Cynthia Davies, widow of the late Bishop of Bangor, Saunders Davies.

Cwestiynau ar ôl darllen cerdd

1.

Beth a'ch trawodd gyntaf pan oeddech chi'n darllen y gerdd? Beth oedd yn neidio allan atoch chi?

2.

Beth wnaethoch chi weld, blasu, clywed, ogleuo a chyffwrdd.

3.

Pa ran o'r gerdd oedd yn codi eich diddordeb neu a oedd yn ddyrys i chi?

4.

Pa emosiynau ydych chi'n eu gweld yn y gerdd?

5.

Sut mae'r gerdd yn gwneud i chi deimlo? Beth yn y gerdd a ddaeth â chysur i chi? Beth yn y gerdd a'ch heriodd?

6.

A oedd y gerdd yn eich cysylltu â rhywbeth o bwys? Beth yw'r neges yn y gerdd i chi?

Questions after reading a poem

1.

What struck you first when you read the poem?
What jumped out at you?

2.

What do you see, taste, hear, smell and touch?

3.

Which parts of the poem interest or puzzle you?

4.

What emotions do you detect in the poem?

5.

How does the poem make you feel? What in the poem brought you comfort? What in the poem challenged you?

6.

Did the poem connect you to something that matters? What is the message of the poem for you?

Stori

Gall rhywbeth o gerdd yr wythnos neu Ysgrythur yr wythnos, neu o'r agwedd o Dduw sy'n ganolbwyt i'r wythnos, ddwyn i gof adeg annwyl, arwyddocaol yn eich bywyd ac yn hanes eich perthynas â Duw. A oedd yna foment pan oeddech chi'n sylweddoli, mewn ffordd angerddol, ddyfnder Duw? Pa bryd oeddech chi'n teimlo fwyaf mewn cymundod â Duw a chymydog? Pwy oedd yn dal eich llaw pan oeddech chi'n edrych ddiwethaf ar y sêr, a sut wnaeth hynny i chi deimlo? Efallai yr hoffech chi ysgrifennu am yr atgof hwn, y stori hon, y dystiolaeth hon, i chi'ch hunan. Efallai y byddwch yn teimlo eich bod yn barod i'w rhannu â phobl eraill.

Cynigir archwiliad dyfnach o natur "tystiolaeth" bersonol yn nes ymlaen yn y llyfryn hwn. Os ydych chi'n dilyn *Mi a droaf yn awr* fel rhan o grŵp tŷ neu gwrs Grawys Ardal Weinidogaeth, efallai y byddai'n syniad da gwahodd rhywun gwahanol bob wythnos i rannu eu stori – un ai ar ffurf "tystiolaeth" bersonol neu drwy gyfweliad gydag arweinydd y grŵp. Cynigir rhai canllawiau ymarferol ynghylch adrodd eich stori o flaen pobl eraill fel "tystiolaeth" ac ynghylch gwrando'n iawn ar bobl eraill yn adrodd eu stori, yn nes ymlaen yn y llyfryn hwn.

Bydd tystiolaethau fideo o bob rhan o'r esgobaeth yn cael eu rhannu, yn Gymraeg a Saesneg, ar wefan ac ar sianelau cymdeithasol yr esgobaeth yn ystod y Grawys.

Delweddau

Mae ffotograffau trawiadol yn cyd-fynd â'r deunydd bob wythnos, ac yn codi o ysbrydoliaeth y thema a'r cerddi. Tynnwyd y ffotograffau ar gyfer *Mi a droaf yn awr* gan y ffotograffydd lleol a chyfaill i'r esgobaeth, Dave Custance. Mae'n nhw'n ein hatgoffa o Dduw yng nghanol ein bywyd, o'r Ysbryd sy'n byw ac yn gweithio yn y cread cyfan.

Story

Something from the week's poem or the week's Scripture, or from the aspect of God that is the focus of the week, may call to mind a precious, significant moment in your life and in the story of your relationship with God. Was there a moment when you knew in a profound way the depth of God? When have you felt most in communion with God and neighbour? Who held your hand as you last looked up at the stars, and how did it make you feel? You may want to write down this memory, this story, this testimony, for yourself. You may feel ready to share it with others.

A deeper exploration of the nature of personal "testimony" is offered later in this booklet. If you're following *Turning aside* as part of a house group or a Ministry Area Lent course, it may be good to invite a different person each week to share their story – either in the form of a spoken "testimony", or through an interview with the group leader. Some practical guidelines about telling your story in front of others as a "testimony", and about listening well to others sharing their stories, are offered later in this booklet.

On the diocesan website and on our social media channels during Lent, video testimonies will be shared from across the diocese, in Welsh and English.

Images

Striking photographs accompany each week's material, taking their inspiration from the theme and poetry. The photographs were taken for *Turning aside* by the local photographer and friend of the diocese, Dave Custance. They remind us of God in the midst of life, of the Spirit alive and active in all of creation.

Lectio divina

Lectio yw'r gair Lladin am ddarllen. Mae *lectio divina* yn cyfeirio at ddull o ddarllen cysegredig sydd, ers canriffoedd, yn ffordd draddodiadol o gnoi cil, a threulio, yr Efengyl. Dywedodd y diwinydd, Karl Barth, fod ymarfer *lectio divina* yn rhoi i ni glustiau mewnol i glywed y Gair duwiol. Ysgrifenna'r diwyndd, Mario Massini, fod *lectio divina* yn ein helpu i fynd o'r "Gair ysgrifenedig" i'r "Gair byw".

Yn draddodiadol, mae pedair rhan i *lectio divina*: (1) *lectio*, darllen; (2) *meditatio*, myfyrio; (3) *oratio*, gweddio; a (4) *contemplatio*, synfyfyrio. Yn gynyddol, mae pumed cam yn cael ei gynnig gan y rhai sy'n ysgrifennu ac yn ystyried yr ymarfer o *lectio divina*, gan dynnu ar fyfyrddau hynafol Santes Clare o Assisi: (5) *imitatio*, efelychu.

Lectio is simply the Latin word for reading; and *lectio divina* refers to a method of sacred reading that has for centuries been a traditional way of chewing on, and digesting, Scripture. The theologian, Karl Barth, said that, through the practice of *lectio divina*, "the Spirit gives us inner ears to hear the divine Word." The theologian, Mario Massini, writes of *lectio divina* helping us to pass from the "written Word" to the "living Word."

Traditionally, *lectio divina* has four separate steps: (1) *lectio*, reading; (2) *meditatio*, meditating; (3) *oratio*, praying; and (4) *contemplatio*, contemplating. Increasingly a fifth stage is being offered by those who write and reflect on the practice of *lectio divina*, drawing on the ancient reflections of St Clare of Assisi: (5) *imitatio*, imitating.

Lectio

Rydyn ni'n cael gwahoddiad i ddarllen darn o'r Ysgrythur yn ofalus, er mwyn, fel petai, i'r enaid ei glywed. Eglura'r offeiriad Carmelaidd, Romero de Lima Gouvêa, "y dylai'n darllen fod yn debyg i blentyn sy'n dysgu darllen - yn araf, fesul tipyn, heb frys." Efallai y byddai o gymorth ddarllen y darn fwy nag unwaith, yn ddistaw ac yn uchel, mewn mwy nag un iaith. Os ydych chi ar eich pen eich hun, efallai y byddwch eisiau edrych ar sylwebaeth feiblaidd neu nodiadau beiblaidd eraill. Mewn grŵp, efallai bod rhywun wedi gwneud hynny o flaen llaw ac yn gallu rhannu ychydig o'u hastudio gyda'r grŵp mewn modd addfwyn, heb dynnu sylw. Mae hyn yn gyfle i ddod i ddeall y testun.

Meditatio

Mae rhai o'r mynachod a'r lleianod a ysgrifennodd ganrif oedd lawer yn ôl ynghylch y cam hwn yn defnyddio delweddu graffig. Yma, rydym yn cnoi, yn treulio ac yn ail dreulio'r testun - yma, rydym yn profi'i flas. Eglura'r Tad Gouvêa mai "proses araf yw hon - mynd dros y gair drosodd a throsodd yn ein meddyliau, fel mein i mewn melin yn malu'r gwenith, fel grawnwin yn cael eu malu yn y wasg win - er mwyn i'r blawd neu'r gwin gwerthfawr ddisgyn ar ein calonnau." Mae hyn hefyd yn gyfle i ystyried y testun yn ddychmygus - i ddychmygu, yn fanwl, yr olygfa y mae'r darn yn ei ddarlungio, i'n gosod ni ein hunain yno. Ceisiwch glywed y llais a rhythm y siaradwyr yn siarad neu'n gweiddi neu'n sibrwd eu geiriau. Meddyliwch am yr arogleuon, y synau, y golau, y tymheredd. Mae'n gyfle i sylwi ar beth sy'n tynnu'n sylw. A yw'n berson? Gair? Sefyllfa? Ystum? Pam fod hynny wedi neidio allan ataf i?

Lectio

We are invited to read a passage of Scripture carefully, so that it might be heard by the soul. The Carmelite priest, Romero de Lima Gouvêa, explains that "our reading should resemble that of a child who is learning to read - slowly, little by little, without haste." It may be helpful to read the passage more than once, in silence and out loud, in more than one language. If you're by yourself, you may want to look at a biblical commentary or other Bible notes. In a group, somebody may have done this in advance, and may be able to share a little of their preparatory reading with the group in a gentle, unobtrusive way. Here is the opportunity to understand the text.

Meditatio

Some of the monks and nuns who wrote many centuries ago about this step use graphic imagery. Here we ruminate, masticate, regurgitate the text - here we taste it and experience its flavour. Fr Gouvêa explains that "this is a slow process - a going over and over the word in our minds, like mill stones grinding the wheat, like grapes being crushed in the press - so that precious flour or wine can fall on our hearts." This is also the opportunity to enter imaginatively into the text - to imagine, in detail, the scene that the passage depicts, to place ourselves there. Try to hear the voice and cadence of the speakers speaking or shouting or whispering their words. Think about the smells, the sounds, the light, the temperature. It's an opportunity to notice what draws our attention. Is it a person? A word? A situation? A gesture? Why has this jumped out at me?

Oratio

Ysgrifennodd Santes Teresa o Avila mai "nid llawer o feddwl yw gweddi ond llawer o garu." Mae hyn yn gyfle i gael sgwrs gariadus gyda Duw yngylch y testun; cyfle i sôn pam fod rhai pethau penodol yn y testun yn arwyddocaol i ni. Yn gariadus, gallwn ddiolch i Dduw am air Duw ac am y ffyrdd arbennig y mae'i ystyr wedi'n taro ni a dod yn fyw i ni.

Contemplatio

Mae gweddi'n arwain at fyfyrion. Ar ôl dweud beth sydd angen ei ddweud mewn gweddi ac mewn sgwrs gariadus, dyma'r cyfle i "fod" – bod gyda Duw yn y gair, byw beth rydym ni wedi'i ddarllen, aros gyda'r darn, caniatau i hynny a hefyd ein hymateb iddo orffwys yn ein calonnau. Mae'r awdur ysbrydol, Thelma Hall, yn nodi fod "myfyrio'n wlad newydd, ryfedd, ble mae popeth sy'n naturiol i ni yn ymddangos fel pe byddai wedi'i droi â'i ben i lawr – ble rydym yn dysgu iaith newydd (distawrwydd), ffordd newydd o fod (nid i wneud ond, yn syml, bod), ble mae'n meddyliau a'n cydsyniadau, ein dychymyg, ein synhwyrau a'n teimladau'n cael eu rhoi heibio am ffydd yn yr hyn sy'n anweledig ac heb ei deimlo, ble mae absenoldeb ymddangosol Duw (i'n synhwyrau ni) yn bresenoldeb Duw, ac bod distawrwydd Duw (hyd y gwelwn ni) yn Dduw'n llefaru."

Oratio

St Teresa of Jesus wrote that "prayer is not a lot of thinking but a lot of loving." Here is the opportunity to have a loving conversation with God about the text; an opportunity to talk about why particular things in the text were significant for us. Lovingly, we can thank God for God's word, and for the particular ways its meaning has struck us and is alive for us.

Contemplatio

Prayer leads to contemplation. When we have said what needs to be said in prayer and loving conversation, now is an opportunity to "be" – to be with God in the word, to inhabit what we have read, to dwell with the passage, to allow it and our response to rest in our hearts. The spiritual writer, Thelma Hall, notes that "contemplation is a strange new land, where everything natural to us seems to be turned upside down – where we learn a new language (silence), a new way of being (not to do but simply be), where our thoughts and concepts, our imagination, senses and feelings are abandoned for faith in what is unseen and unfelt, where God's seeming absence (to our senses) is God's presence, and God's silence (to our ordinary perception) is God's speech."

Imitatio

Rydyn ni'n troi'n ôl, at ein gweithgareddau pob dydd, yn cario gyda ni yr hyn rydyn ni wedi'i dderbyn yn ein meddyliau ac yn ein calonnau. "Ac felly," ysgrifenna'r Tad Gouvêa, "yn ôl at fywyd - i fyw mewn ffordd newydd - i newid, i dderbyn gras ac i fethu - i ddyfnhau'r gofod y mae Duw yn dymuno ei lenwi - i ddychwelyd bob dydd at ffynhonnell bywyd a chariad, lesu, Gair Duw."

Amser, cwmni a threfn

Wrth ddefnyddio *lectio divina* ar eich pen eich hunan yn y dull traddodiadol, mae'r camau hyn yn llenwi sesiwn o eistedd mewn llonyddwch. Fodd bynnag, gellir hefyd eu defnyddio dros ddiwrnod cyfan, neu hyd yn oed nifer o ddyddiau. Fel hyn, mae'r testun yn gallu marinadu. Gall ein meddwl, ein hysbryd a'n calon gymryd rhan yn y dyfnderoedd. Cariwch y llyfryn hwn gyda chi a throwch at y testun pan allwch chi; ei ddarllen yn gyntaf, ac yna ei ystyried yn nes ymlaen yn y diwrnod neu yn yr wythnos. Ond, cofiwch ganiatáu rhywfaint o amser distaw i chi'ch hunain i ddarllen a myfyrio, yn ogystal â chaniatáu i'r testun orffwys o yn eich meddwl wrth i weithgareddau eraill eich bywiogi.

Mewn grŵp, gallai fod o gymorth dilyn "trefn y gwasanaeth" isod. Hyd yn oed wrth ddefnyddio'r *lectio divina* ar eich pen eich hunan, ar un "eisteddiad" sengl, gallai'r drefn fod fod yn ffordd dda o ddechrau a gorffen.

*Mae'r adran hon yn defnyddio dadansoddiad a chyfeiriadau a ddarparwyd yn hael gan y Parchg Richard Peers, SMMS, ac amlinelliad o "drefn" ar gyfer *lectio divina* a baratowyd gan y Magnificat Foundation.*

Imitatio

We turn back, to our everyday activities, carrying with us what we have received in our minds and our hearts. "And so," writes Fr Gouvêa, "back to life - to live in a new way - to be changed, graced and to fail - to deepen the space which God desires to fill - and to return daily to the source of life and love, Jesus, the Word of God."

Time, company and order

When using *lectio divina* alone in the traditional manner, these stages fill a session of sitting in stillness. However, they can also be spread over a whole day, or even a number of days. In this way, the text can marinate. Our mind, our spirit and our heart can be involved in the depths. Have this booklet with you, and turn to the text when you can, reading it initially, and dwelling with it later in the day or in the week. Be sure, though, to allow yourself some silent space to read and mediate, as well as allowing the text to rest in your mind as other activities animate you.

In a group context, it may be helpful to follow the "order of service" below. Even when engaging with *lectio divina* alone, in a single "sitting", this order may provide a good beginning and ending.

*This section draws from analysis and references generously provided by the Revd Richard Peers, SMMS, and an outline of the "order" for *lectio divina* produced by the Magnificat Foundation.*

Irefn ar gyfer lectio divina

An order for lectio divina

Cyflwyniad

Gwnewch pa baratoadau bynnag y byddwch eu hangen iadael cysgod y byd y tu ôl i chi a chyfarfod â thân yr Ysbryd a goleuni Duw. Os ydych chi wedi dewis ystum penodol i'ch corff, gwnewch hynny. Ceisiwch gael gwared ar unrhyw beth sy'n tynnud eich sylw ac yn amharu arnoch chi.

Galw ar yr Ysbryd Glân

Rydym yn galw ar yr Ysbryd Glân a fydd yn siarad gyda ni ac yn gwrando arnom ni.

*Yn enw'r Tad,
a'r Mab,
a'r Ysbryd Glân.
Amen.*

*Tyrd, Ysbryd Glân, llanw galonnau dy ffyddloniaid.
A chynnau ynddynt dân dy gariad.
Anfona dy Ysbryd a chrëir hwyl.
Ac adnewyddi wyneb y ddaear.*

Gweithred o edifeirwch

Drwy gydnabod ein pechodau a'n hangen am faddeuant, rydym yn gofyn i Dduw gymryd y cam cyntaf yn y cyfarfod hwn.

*Trugarha wrthym, O Dduw.
Rydym wedi pechu yn dy erbyn.
Dangos i ni, O Dduw, dy drugaredd.
A dyro i ni dy iachawdwriaeth*

Bydded i Dduw ein Tad faddau i ni a'n gwared oddi wrth ein holl bechodau, a rhoddi inni ras a nerth yr Ysbryd Glân.

Amen.

Introduction

Make whatever preparations you need to leave the shadow world behind and encounter the fire of the Spirit and the light of God. If you have chosen a specific bodily position, adopt it. Eliminate distractions and the possibility of interruption.

Invocation of the Holy Spirit

We invoke the Holy Spirit, who will speak to us and listen in us.

*In the name of the Father,
and of the Son,
and of the Holy Spirit,
Amen.*

*Come, Holy Spirit, fill the hearts of your faithful.
And kindle in them the fire of your love.
Send forth your Spirit, and they shall be created.
And you shall renew the face of the earth.*

Act of contrition

By acknowledging our sinfulness and our need for forgiveness, we ask God to take the initiative in this encounter.

*Have mercy on us, O God.
For we have sinned against you.
Show us, O God, your mercy.
And grant us your salvation.*

May God our Father pardon and deliver us from all our sins, and grant us the grace and power of the Holy Spirit.

Amen.

Lectio

Darllenwn.

Meditatio

Rydym yn myfyrio mewn distawrwydd.

Efallai y bydd yna wedyn gyfle i bob person rannu'r hyn oedd fwyaf pwysig yn y darn. Nid hon yw'r foment i draddodi pregeth fechan neu syniad dyrchafol wedi'i saernio'n gain, ac nid trafodaeth yw hon i geisio cyrraedd penderfyniad. Dylai fod yn brofiad o rannu syniadau personal, un calon yn agor i galon arall.

Oratio

Yn ddistaw, rydym yn sôn wrth Dduw am ein syniadau ni ein hunain ac, efallai, am yr hyn rydyn ni wedi'i glywed gan bobl eraill.

Contemplatio

Mae'r cyfan yr oedd yn rhaid ei ddweud wedi'i ddweud. Rydyn ni'n gorffwys gyda'r testun o flaen Duw mewn distawrwydd.

Gellir defnyddio awrwydr i nodi'r amser, neu gall "Ydyn ni bron wedi gorffen" dynnu'r sylw.

Casgliad ac imitatio

Adroddwn Weddi'r Arglwydd.

*Wrth i ni efelychu'r Gair,
bendithied Dduw ni,
cadwed ni rhag drwg
a'n dwyn i fywyd tragwyddol.
Amen.*

Lectio

We read.

Meditatio

We reflect in silence.

There may then be an opportunity for each person to share what has had the most impact in the passage. This is not the moment for a mini-sermon or a carefully crafted uplifting thought; and this is not a discussion aiming at a conclusion. This is the sharing of an intimate insight, the opening of one heart to another.

Oratio

Silently, we speak to God about our own reflections and, perhaps, what we have heard from others.

Contemplatio

All that needs to be said having been said, we rest with the text before God in silence.

An hourglass can be used to mark the time; otherwise "Are we nearly there yet?" can be a potent distraction.

Conclusion and imitatio

We say the Lord's Prayer.

*As we imitate the Word,
may God bless us,
and keep us from all evil,
and bring us to everlasting life.
Amen.*

Tystiolaethu

Testimony

Os ydyn ni wedi'n gwreiddio ac yn ffynnu fel Cristnogion, ac os yw ein heglwysi wedi'u gwreiddio ac yn ffynnu, byddwn yn adrodd ac yn gwrando ar storïau yng hylch ein perthynas gyda Duw. Am ganrif oedd, mae llawer o draddodiadau Cristnogol wedi trysori'r traddodiad o "dystiolaethu". Mewn gwasanaeth o flaen cynulleidfa neu mewn grŵp bychan o flaeu ychydig o gyfeillion, mae pobl wedi bod yn adrodd storïau yng hylch eu perthynas â Duw – mae pobl wedi cyflwyno eu dystiolaeth.

"Dystiolaethu" yw adrodd stori wir o ffydd, hynny yw, hanes gonest, personol o ddiolchgarwch, neu ymdrech, neu newid safbwyt, neu lawenydd, neu alaru, neu amau, neu harddwch, neu ildio, neu wylltineb, neu ymddiriedaeth, neu gariad, neu unrhyw beth sy'n canfod ac yn chwilio am wreiddiau yng Nghrist. Rydyn ni'n ei alw'n dystiolaethu, neu adrodd stori, neu hunangofiant ysbyrydol. Dyw'r teitl ddim o bwys, ond mae'r weithred o rannu yn hollbwysig.

Beth yw nodweddion "dystiolaethu"? Mae dystiolaethu bob amser yn cynnwys stori wir am fywyd ond mae'n fwy na stori bywyd. Nid stori o sut y mae rhywun wedi cyrraedd yw dystiolaethu: mae'n ddarn o stori am rywun sy'n dal i dyfu, o dŵf, o newid ac o ddyfod. Mae dystiolaeth yn hanes pobl go iawn, ac nid yw pob un yr un fath. Mae nhw'n storïau gonest o ddiolchgarwch, o ymdrech ac o newid safbwyt – a sut y mae'r adroddwr wedi gweld presenoldeb Duw (neu hyd yn oed ei absenoldeb) ynghanol y profiadau

If we are grounded, flourishing Christians, and if ours are grounded, flourishing churches, we will tell and listen to stories about our relationship with God. For centuries, many Christian traditions have prized the tradition of "testimony". In a service before a congregation, or in a small group before a few companions, people have told stories about their relationship with God – people have given their testimony.

A "testimony" tells a true story of faith, that is to say, an honest personal account of gratitude, or struggle, or changed perspective, or joy, or lament, or doubt, or beauty, or surrender, or anger, or trust, or love, or anything that finds and searches for a grounding in Christ. We might call it testimony, or story-telling, or spiritual autobiography. The title doesn't matter, but the act of sharing does.

What are the qualities of "testimony"? Testimony always includes a true life story, but it is more than a life story. Testimony isn't a story of how one has already arrived: it is fragment of the ongoing story of one's growth and change and becoming. Testimonies are real human stories, so they are not all the same. They are honest stories of gratitude, struggle and changed perspective – and how the teller has perceived God's presence (or even absence) in the midst of those experiences. Testimony speaks of the ongoing process of God's salvation and transformation in the life of an individual or a community. Testimony concerns truth in light of the Good

hyn. Mae tystiolaethu yn sôn am broses barhaus iachawdwriaeth Duw ac o drawsnewid mewn bywyd unigolyn neu gymuned. Mae tystiolaethu yn sôn am y gwir yng ngoleuni Newyddion Da Duw yn lesu Grist; ond nid problemau sydd wedi eu datrys yn gyfan gwbl, neu sefyllfaeodd anodd sydd wedi dod i drefn yn daclus, neu hysbysebion o hapusrwydd dibendraw, sy'n cael eu trafod yma. Nid datganiad moel yw tystiolaethu o'r "hyn dwi'n ei gredu, felly mae'n rhaid ei fod yn wir i bawb". Mae'n gyflwyniad dewr, diymhongar o un stori yn nghyd-destun storïau seintiau'r gorffennol ac o storïau pobl eraill sy'n chwilio am ras Duw. Mae tystiolaeth yn ein hannog i archwilio'n fwy trylwyr weithgaredd Duw yn ein bywydau ac i beidio â bodloni ar gasgliadau hawdd, sylwadau diog neu ddatganiadau arwynebol. Rydyn ni'n dysgu mwy am Dduw drwy adrodd y dystiolaeth. Mae tystiolaethu'n cronni yn y siaradwr, ac yn Nghorff cyfan Crist. Drwy dystiolaeth, mae cariad yn cynyddu.

Mae yna enghreifftiau ardderchog o dystiolaethu yng ngwefan benodol yr Eglwys Fethodistaidd ar gyfer adrodd stori:
thestoryproject.org.uk

*Daw'r deunydd yn yr adran hon gyda diolch o ysgrifau'r Parchg Trey Hall, Cyfarwyddwr Efengylu a Thyfiant yr Eglwys Fethodistaidd ym Mhrydain, ac adnoddau tystiolaeth yr Eglwys Fethodistaidd. Daw'r deunydd am wrando gyda diolch o lyfr Kay Lindahl, **The Sacred Art of Listening** (Wild Goose Publications, 2005).*

News of God in Jesus Christ, but is not only the domain of problems that have been completely resolved, difficult situations sorted out, or adverts of intractable happiness. Testimony is not an unchecked broadcast of "I believe this so it must be universally true." It is a courageous, humble offering of one's story in the context of the stories of the saints of the past and the stories of other seekers of God's grace. Testimony urges us to explore the activity of God in our lives more fully, and not to make do with easy conclusions, lazy observations or superficial statements. We learn more about God in the telling. Testimony builds up the speaker, and the whole Body of Christ. In testimony, love increases.

There are wonderful examples of testimonies on the Methodist Church's dedicated story-telling website: thestoryproject.org.uk

*Material in the section is drawn with gratitude from the writings of the Revd Trey Hall, Director of Evangelism and Growth for the Methodist Church in Britain, and the testimony resources of the Methodist Church. Material on listening is drawn with gratitude from Kay Lindahl's book, **The Sacred Art of Listening** (Wild Goose Publications, 2005).*

Rhoi tystiolaeth

Gall paratoi i adrodd ein storïau yng nghyd-destun stori Duw, ac adrodd y storïau hynny'n gyhoeddus, fod yn hynod anodd. Does yna ddim llawer o "gwna hyn" a "gwna'r llall" ar gyfer adrodd eich stori, ond mae'r gweinidog Methodistaidd, Trey Hall, yn cynnig yr awgrymiadau yma a allai fod o help wrth baratoi:

1.

Eich tystiolaeth yw eich tystiolaeth chi. Os yw eich un chi'n ddoniol ac yn llawn ysgafnder, gwych. Os yw'n fwy synfyfyrion neu'n llac, mae hynny'n wych hefyd. Myfyrdod byr, stori neu gerdd rydych wedi'i hysgrifennu neu rhyw gyfrwng arall: rhannwch yn ddilys sut mae Duw'n symud neu'n weithgar neu'n bresennol yn eich bywyd, a bydd popeth yn iawn.

2.

Mae tystiolaethu effeithiol yn aml yn rhannu profiadau "bywyd newydd" – goleuni newydd, newid meddwl, cred neu ymarfer neu gwestiwn newydd, cymuned newydd, ac yn y blaen.

3.

Peidiwch â gorlwytho; dewiswch bwynt neu ddau a'i gadael ar hynny. Mae pedwar i bum munud yn hen ddigon hir. Bydd yr amser yn mynd yn gyflym, ac mae geiriau'n cymryd yn hwy i'w hyangan nag mae rhywun yn ei feddwl, felly cofiwch baratoi gan gofio cadw llygad barcud ar yr amser.

4.

Os ydych chi'n rhannu rhywbeth sy'n sôn am boen, mae'n well "siarad o'ch creithiau, nid o'ch clwyfau." Mae creithiau a chlwyfau, wrth gwrs, yn rhan o'r profiad Cristnogol, ond mae creithiau, fel arfer, yn well deunydd ar gyfer tystiolaethu. Mae'n nhw'n aml yn dangos y profiad a'r doethineb a ddaeth drwy gerdded am gyfnod mewn poen. Gall siarad yn gyhoeddus am glwyfau agored, presennol, heb eu harchwilio, weithiau frifo mwy na helpu.

5.

Byddwch yn chi'ch hunan. Dim ond yn chi'ch hunan ym mhle rydych chi allwch chi fod. Does dim angen ffugio, achos, wedi'r cwbl, eich tystiolaeth chi yw hyn.

Giving testimony

Preparing to tell our stories in the context of God's story, and telling those stories in public, can be daunting. There aren't many dos and don'ts for telling your story, but the Methodist minister, Trey Hall, offers these suggestions that may help with preparation:

1.

Your testimony is your testimony. If yours is funny and full of levity, that's great. If it's more introspective or chilled, that's great, too. A short reflection, a story, a poem that you've written or some other media: share authentically how God is moving or active or present or working in your life, and you'll be just fine.

2.

Effective testimonies often share "new life" experiences – a new perspective, a change of heart, a new belief or practice or question, a new community, and so on.

3.

Don't try to cram too much in; pick a point or two and let that be it. Four to five minutes is a good length. The time goes quickly, and words take longer to speak than we might imagine, so be sure to prepare with a firm time limit in mind.

4.

If you are sharing something marked by pain, it is good to "speak from your scars, not your wounds." Both scars and wounds are, of course, part of the Christian experience, but scars are perhaps better material for testimony as they often include the reflection and wisdom gained by walking through time in the pain, whereas speaking in public about open, current, unexamined wounds can sometimes hurt more than help.

5.

Be yourself. You can only be where you and who you are. No need to pretend, because, after all, it's your testimony.

Gwrando ar dystiolaeth

Mae adrodd y stori yn bwysig. Mae hefyd yn bwysig gwrando ar storïau yn astud ac yn ysbrydol ddwfn. Mae Kay Lindahl yn cynnig y canllawiau hyn i wrandawyr:

1.

Pan fyddwch chi'n gwrando, anghofiwch ragdybiaethau. Mae'r hyn rydyn ni'n ei ragdybio yn aml yn anweledig i ni. Mae'n hawdd i ni ragdybio bod pobl eraill wedi cael yr un profiadau â ni, a dyna sut y gallwn ni wedyn wrando arnyn nhw.

2.

Dysgwch adnabod rhagdybiaethau drwy sylwi pan fyddwch chi'n cael eich cynhyrfu neu eich digio gan rywbeth y mae rhywun arall yn ei ddweud. Efallai eich bod yn rhagdybio. Gadewch iddo – anghofiwch amdano – a dechrau unwaith eto wrando i ddeall.

3.

Gwrandewch heb feirniadu. Diben dialog yw bod y naill a'r llall yn dod i ddeall ei gilydd, nid i benderfynu a ydyn nhw'n dda, yn ddrwg, yn iawn neu'n cyfeiliorni. Os ydych chi'n eistedd ac yn meddwl "Mae hynna'n dda", "Mae hynna'n ddrwg", "Rwy'n hoffi hynna", "Dw i ddim yn hoffi hynna", rydych chi'n cynnal sgwrs yn eich meddwl eich hun, nid yn gwrando ar y siaradwr. Ceisiwch sylweddoli os byddwch chi'n gwneud hynny, a mynd yn ôl i fod yn bresennol gyda'r siaradwr.

4.

Os oes yna sgwrs neu drafodaeth, mynegwch eich ymateb personol. Siaradwch ar eich rhan chi eich hunan, defnyddiwr iaith "Rwy'n" a derbyn perchnogaeth dros yr hyn rydych chi'n ei ddweud. Yr unig berson y gallwch siarad ar ei ran mewn gwirionedd yw chi eich hunan. Mae pawb ohonom ni'n arbenigwr ar ein bywydau ni ein hunain, a dyna eich cyfraniad chi i'r drafodaeth.

5.

Anrhydeddwch ddistawrwydd ac amser i fyfyrion. Sylwch beth sydd angen ei ddweud yn hytrach na beth ydych chi eisiau ei ddweud.

Listening to testimony

Telling the story is important. Listening to stories with a deep spiritual attentiveness is also important. Kay Lindah offers these guidelines for listeners:

1.

When you are listening, suspend assumptions. What we assume is often invisible to us. We easily assume that others have had the same experiences that we have, and that can be how we listen to them.

2.

Learn to recognise assumptions by noticing when you get upset or annoyed by the something someone else is saying. You may be making an assumption. Let it be – suspend it – and resume listening for understanding.

3.

Listen without judgement. The purpose of dialogue is to come to an understanding of the other, not to determine whether they are good, bad, right or wrong. If you are sitting there thinking, "That's good", "That's bad", "I like that", "I don't like that", you are having a conversation in your own mind, not listening to the speaker. Simply notice when you do this, and return to being present with the speaker.

4.

If there's a conversation or discussion, express your personal response. Speak for yourself; use "I" language; and take ownership of what you say. The only person you can truly speak for is yourself. You are each an expert in your own life, and that's what you bring to a dialogue.

5.

Honour silence and time for reflection. Notice what wants to be said rather than what you want to say.



***Wythnos Dydd
Mercher Lludw
The week of
Ash Wednesday***

***Y dyfn der hwn
This depth***



Mae'n hawdd, ac yn beryg bywyd, i ni wneud Duw'n rhy fach. Mae'n beryg bywyd i'n ffydd ni ymwneud yn llwyr â'r dyletswydd o fynd i'r eglwys ddydd Sul. Mae'n beryg bywyd i ni ymwasgu'n ffydd nes ei fod yn ddim mwy na set o reolau moesol neu ddatganiad o gredoau. Wrth i adnoddau eglwysig brinhau, neu wrth inni chwysu i rannu ein ffydd ag eraill, mae'n beryg bywyd i'n syniad ni o Dduw fod yr un mor grebachlyd a beichus. Tydi ymwybyddiaeth o'n pechadurusrwydd personol ni a'n hangen ni am ras ddim yn ddigon i'n hachub ni. Waethaf oll, mae'n beryg bywyd i ni droi Duw yn berson, yn beth, yn wrthrych - rhywun neu rywbeth i'w blesio neu ei ofni, i beidio'i wyltio, i ddwyn dylanwad arno. Mae Duw mor eang â'r môr. Mae gogoniant a thrugaredd Duw yn llenwi'r ddaear, ac yn llenwi'r enaid, fel y mae'r dyfroedd llydan hynny'n llenwi'r llyn a'r afon, a'r ffynnon a'r ffrwd. Ac o ddyfnderoedd y cefnfor, o'r lle dyfnaf sy'n bodoli, clywir ein cri. Oherwydd y mae Duw yno; a dim llai na dyfnder bodolaeth sydd Dduw.

We're always at risk of making God too small. Our faith can become all about the duty of going to church on Sunday. We can reduce it to little more than a set of moral rules or a statement of beliefs. As church resources feel scarcer, or as we struggle to share our faith with others, our idea of God can become equally shrivelled and brittle. Even an awareness of our own personal sinfulness and need for grace is too small. Worst of all, we can make God a person, a thing, an object - someone or something to be pleased or appeased, to be feared or befriended. God is as wide as the sea. God's glory and mercy fill the earth, and fill the soul, as those wide waters fill the oceans. And from the ocean's depths, the deepest place of being, our cry is heard. For God is there; and nothing less than the depth of being is God.

Ydwyt yr hwn ydwyt

D. R. Thomas

*"Tydi a rydd fywyd i fychan a mawr
Tydi ym mhob bywyd yw'r bywyd bob awr."*

*Ti yw'r cynhyrfwr sy'n corddi'r nerfau
A'r tawelwch diwaelod sydd yng nghraidd ein bod.*

*Ti yw'r tywyllwch na all deall ei dyllu
A'r golau sy'n treiddio trwy bob dirgelwch.*

*Ti yw'r tu-hwnt sy'n orwel anghyrraedd
A'r agosatrwydd sy'n anadl einioes.*

*Ti yw'r Erlynnydd sy'n herio pob haeriad
A'r Amddiffynydd sy'n cadarnhau ein ffydd.*

*Ti yw'r gydwybod sy'n staenio pob ymdrech
A'r drugaredd sy'n maddau ein holl anwireddua.*

*Ti yw'r anwybod sy'n gwawdio'r diwinydd
A'r golud crisiai sy'n gorlifo'r galon.*

*Ti yw'r corwynt sy'n graenu'r cerrig
A'r gaer sy'n gadarn ym mhob gerwinder.*

*Ti yw'r angau sy'n terfynu'n hingoedd
A'r bywyd real sy'n gorchfygu marwolaeth.*

*Ti yw'r farn sy'n hidlo'r cenhedloedd
A'r cariad ffyddio sy'n cyweirio'r byd.*

*Ti yw sêl y rebel sy'n rheibio
A'r tosturi sy'n gymod yng nghanol traïs.*

*Ynot mae popeth yn byw, symud a bod,
Ynot mae rhyfel a thangnef ein hanfod.*

Pâr o linellau o emyn sy'n agor y gerdd. Bydd paru pethau (gwrthwynebau yn aml) i greu cyfanwaith yn elfen bwysig o'r gerdd. Mae'r pâr o linellau o'r emyn yn cynnwys dau bâr ynddynt eu hunain: mae Duw yn rhoi bywyd i'r bychan a'r mawr; a Duw sy'n rhoi bywyd a sydd hefyd yn fywyd ei hun. Cwpled (parau o linellau) sy'n ffurffio gweddill y gerdd, gyda phob pâr yn disgrifio dwy agwedd gyferbyniol ar Dduw - Duw sy'n dywyllwch ac yn oleuni, sy'n pigo'r cydwybod euog ac yn maddau'n drugarog, sy'n barnu ac yn caru, sy'n anhysbys ac eto'n gyfarwydd i bob calon. Dechreua'r gerdd gyda gweithredu allanol y Duw sy'n rhoi bywyd i'r byd o'i hanfod ei hun, tra bod y cwpled olaf yn sôn am gofleidiad mynwesol Duw: dihysbyddwyd Duw yw gwir gartref ein hanfod, lle caiff ei ganfod a'i gynnal. Mae'r gerdd yn ceisio disgrifio'r anfeidrol ddwfn - natur llethol sy'n ddigon i godi gwaltt eich pen. Ond mae strwythur gadarn y gerdd a chyflawnder ei pharau yn creu ymdeimlad o lonyddwch hynod.

*Roedd D. R. Thomas (1912-2004) yn weinidog Capel Hope ym Merthyr Tudful o 1945 hyd at 1963 ac yna'n ddarllithydd ym Mhrifysgol Aberystwyth. Roedd yn heddychwyr ac yn sosialydd nodedig, yn ymgrychyd gwrth niwclear a gwrtb apartheid, ac yn eiriolwr dros sefydliadau dyngarol Cristnogol. Cafodd ei gyfrol o farddoniaeth, **Gwynfyd a Gwae**, ei chyhoeddi ym 1987.*

Ordeiniwyd Saunders Davies (1937-2018) yn Eglwysi Cadeiriol Llandaf a Bangor a bu'n gwasanaethu yng Nghaergybi, Llanllyfni, Bangor, Gorseinon a Chaerdydd cyn dod yn Archddiacon Meirionnydd ym 1993 a'i ethol yn Esgob Bangor yn 1999. Gwasanaethodd fel Esgob Bangor tan ei ymddeoliad yn 2004. Mae Cynthia Davies yn byw yn Sir Aberteifi erbyn hyn. Roedd yn athrawes Gymraeg ac mae'n gyfeithydd toreithiog o farddoniaeth a rhyddiaith.

*D. R. Thomas, **Gwynfyd a Gwae**
(Gwasg Gomer, 1987)
Hawlfraint | Copyright Gwasg Gomer*

You are what you are

D. R. Thomas; translated
by Cynthia & Saunders Davies

"You who give life to great and to small
You in each life are life every hour."

*You are the agitator who churns the nerves
And the bottomless peace in the core of our being.*

*You are the darkness that understanding cannot lighten
And the light that penetrates through every mystery.*

*You are the beyond who is an unattainable horizon
And the nearness who is the breath of life.*

*You are the Prosecutor who challenges each assertion
And the Advocate who strengthens our faith.*

*You are the conscience who stains every effort
And the mercy who forgives all our untruths.*

*You are the unknown that mocks the theologian
And the crystal riches that overflow the heart.*

*You are the hurricane that splinters the rocks
And the fortress that's strong in every tempest.*

*You are the death that ends our sufferings
And the real life that conquers death.*

*You are the judgement that sifts the nations
And the faithful love that orders the world.*

*You are the zeal of the rebel who plunders
And the compassion that reconciles in the midst of violence.*

*In you all things live, move and have their being,
In you is the war and peace of our essence.*

Thomas begins with a pair of lines from a Welsh hymn. The pairing up of things (often of opposites) to create a whole will be an important element of the poem. The pair of lines from the hymn contain within themselves two pairs: the great and the small to whom God gives life; and God who both gives life and is life itself. Couplets (pairs of lines) make up the rest of the poem, as Thomas describes within each pair two contrasting facets of God – God who is both darkness and light, who pricks the guilty conscience and in mercy forgives, who judges and loves, who is unknowable and yet known intimately by every heart. Having opened with the hymn-lines that talk of God's outward, life-giving action, the final couplet speaks of God's gathering embrace: in God's inexhaustibility is our very essence found and held. The poem attempts to describe the ultimate and the infinite – a nature so overwhelming that it might be fearful; but its firm structure and the completeness of its pairings create a sense of awesome calm.

D. R. Thomas (1912-2004) was minister of Hope Chapel in Merthyr Tydfil from 1945 to 1963, and thereafter a lecturer at Aberystwyth University. He was a notable pacifist and socialist, an anti-nuclear and anti-apartheid campaigner, and an advocate for Christian humanitarian organisations. His volume of poetry, *Gwynfyd a Gwae*, was published in 1987.

Saunders Davies (1937-2018) was ordained in Llandaff and Bangor Cathedrals, and served in Holyhead, Llanllyfni, Bangor and Gorseinon before becoming Archdeacon of Meirionnydd in 1993 and being elected Bishop of Bangor in 1999. He served as Bishop of Bangor until his retirement in 2004. Cynthia Davies now lives in Cardiganshire. She has been a teacher of Welsh and a prolific translator of poetry and prose.

Brendan O'Malley (gol. / ed.), *Cydymaith y Pererin / A Welsh Pilgrim's Manual* (Gwasg Gomer, 1989)
Hawlfraint / Copyright Gwasg Gomer

Mathew 4:1-11

Y darlleniad o'r Efengyl ar Sul Cyntaf y Grawys

Yna arweiniwyd Iesu i'r anialwch gan yr Ysbryd, i gael ei demtio gan y diafol. Wedi iddo ympryddio am ddeugain dydd a deugain nos daeth arno eisiau bwyd. A daeth y temtiwr a dweud wrtho, "Os Mab Duw wyt ti, dywed wrth y cerrig hyn am dro'i'n fara." Ond atebodd Iesu ef, "Y mae'n ysgrifenedig: 'Nid ar fara yn unig y bydd rhywun fyw, ond ar bob gair sy'n dod allan o enau Duw.'"

Yna cymerodd y diafol ef i'r ddinas sanctaidd, a'i osod ar dŵr uchaf y deml, a dweud wrtho, "Os Mab Duw wyt ti, bwrw dy hun i lawr; oherwydd y mae'n ysgrifenedig: 'Rhydd orchymyn i'w angylion amdanat; byddant yn dy godi ar eu dwylo rhag iti daro dy droed yn erbyn carreg.'" Dywedodd Iesu wrtho, "Y mae'n ysgrifenedig drachefn: 'Paid â gosod yr Arglwydd dy Dduw ar ei brawf.'"

Unwaith eto cymerodd y diafol ef i fynydd uchel iawn, a dangos iddo holl deyrnasoedd y byd a'u gogoniant, a dweud wrtho, "Y rhain i gyd a roddaf i ti, os syrthi i lawr a'm haddoli i." Yna dywedodd Iesu wrtho, "Dos ymaith, Satan; oherwydd y mae'n ysgrifenedig: 'Yr Arglwydd dy Dduw a addoli, ac ef yn unig a wasanaethi.'" Yna gadawodd y diafol ef, a daeth angylion a gweini arno.

Matthew 4:1-11

*The Gospel reading for the
First Sunday of Lent*

Then Jesus was led up by the Spirit into the wilderness to be tempted by the devil. He fasted for forty days and forty nights, and afterwards he was famished. The tempter came and said to him, "If you are the Son of God, command these stones to become loaves of bread." But he answered, "It is written, 'One does not live by bread alone, but by every word that comes from the mouth of God.'"

Then the devil took him to the holy city and placed him on the pinnacle of the temple, saying to him, "If you are the Son of God, throw yourself down; for it is written, 'He will command his angels concerning you', and 'On their hands they will bear you up, so that you will not dash your foot against a stone.'" Jesus said to him, "Again it is written, 'Do not put the Lord your God to the test.'"

Again, the devil took him to a very high mountain and showed him all the kingdoms of the world and their splendour; and he said to him, "All these I will give you, if you will fall down and worship me." Jesus said to him, "Away with you, Satan! for it is written, 'Worship the Lord your God, and serve only him.'" Then the devil left him, and suddenly angels came and waited on him.



***Wythnos
gyntaf y Grawys
The first week
of Lent***

Ar drywydd
A quest



Nid peth hawdd ydi ffydd; a thydi perthynas â Duw byth yn statig na'n llonydd. Yn ein Bedydd, fe benderfynwn ni droi oddi wrth y twyllwch at oleuni Crist; mae ein bywydau wedi'u selio ers hynny â'r Ysbryd Glân. Ond nid cyflawnder fo hynny. Mae'n ddechrau taith; yn ddechrau'n pererindod droellog tuag at sancteiddrwydd mwy perffaith, tuag at ddyfnderoedd Duw. Fe fydd yna adegau o agosrwydd ar hyd y daith – adegau o ddatguddiad, hyd yn oed – ennyd o weddnewid wrth addoli yn yr eglwys, neu mewn gweddi, neu yng nghanol byd natur, neu wrth wrando ar gân, neu'n edrych ar anwylyd – ennyd pan wyddom mai dyma yw gogoniant. Fe fydd yna adegau o bellter ac unigedd hefyd, weithiau o'n hanobaith a dro arall o'n diogi llugoer. Efallai y bydd adegau o anghyfanneddra pan ddarganfyddwn ni, er mawr syndod, bod gwendid, neu dristwch, neu unigrwydd, neu angen, yn dwyn gras Duw yn agos iawn atom, ein hunig gydymaith ar y daith. Nid methiant yw bod ar drywydd Duw, yn ôl ac ymlaen, weithiau'n agos ac weithiau'n bell; nid methiant, ond mesur bywyd.

Faith is not an easy thing; and a relationship with God is never static or still. In Baptism, we decide to turn from the darkness and to the light of Christ; our lives are sealed since then by the Holy Spirit. But this is not completeness. It is the beginning of a journey, a winding search for more perfect holiness, a quest for the depths of God. There will be times of closeness, even of revelation – a moment in church, or in prayer, or in the wilds of nature, or listening to a song, or looking at a loved one, when we know that this is glory. There will be times of distance and isolation, sometimes born of hopelessness, sometimes of lukewarmness. There may even be times of desolation when, to our surprise, we discover that weakness, or sadness, or loneliness, or need, make God's grace feel very near, our only companion. To be on a quest for God, back and forth, near and far, is not to fail to arrive, but to be alive.

Llandanwg

Siôn Aled

*Pagan fu'r môr erioed
a'r traeth yn ffin rhwng sobrwydd y Saint
a Chantre'r Gwaelod
lle cysgai diawlaiad crefydd ddoe
yn feddw fud.*

*Cyfaill oedd y tywod
yn glêñ dan sodlau cenhadon troednoeth
rôl creigiau creulon Rhinog Fawr.*

*Ac yno y tyfodd cell yn gapel
a llan yn eglwys
a thrwch ei muriau'n gaer rhag gwayw'r gaeaf
a llymder haf.*

*Yno cyhoeddai'r litwrgi'r
Duw newydd digyfnewid:
heddiw, ddoe a fory'n un.*

*Heddiw
rwyf yma'n ceisio cysur
a llawnder ieuenciad yn pallu
yn crafangu yn nhudalennau Llyfr Gwreddi tamp
a Beibl crin
am rhyw fymryn
o sicrwydd
seintiau echdoe a ddoe
a'm mabinogi innau.*

*Wrth y drws, mae'r tywod ar grwydr
fel eira sych,
yn claddu'r cerrig beddau
mewn ail farwolaeth.*

*A'r môr,
eto'n anweledig,
yn chwyrnu'i fygythiad
ac yng nghraifiad y graean
sŵn diawlaiad yn sgrublian deffro.*

Mae'r gerdd wedi'i lleoli mewn llecyn sanctaidd penodol - eglwys Tanwg Sant, sy'n swatio mewn twyni tywod y tu allan i Harlech. Mae'r tywod yn gorchuddio llawer o'r cerrig beddi wrth ddynesu at yr eglwys, a chaiff rhywun y teimlad y gallai ar unrhyw adeg foddi'r llwybr; ac, os nad y tywod, yna'r tonnau sy'n torri ar y traeth sydd ddim nepell i ffwrdd y tu hwnt i'r twyni tal. Mae'r eglwys, â'i muriau hynafol o garreg solet, wedi bod yn noddfa dros ganrifedd lawer; ac mae llechfeddiant natur wylt, elfennol, yr un mor oesol, a pharhaus, ac o bob tu. Ond nid cerdd am lecyn yn unig mo hon - cerdd sydd yma am berson, yn heneiddio, yn colli rhyw ychydig o sicrwydd ieuenciad, yn ceisio rhywfaint o ddealltwriaeth newydd; cerdd sydd yma am enaid dynol yn ymdrin â ffydd ac amheuaeth, yn myfyrio am yr hyn a fu a'r hyn sydd i ddod, yn pendroni am y fath sicrwydd ag sydd gennym, ac am yr ansicrwydd hynnw nad yw'n diflannu. Clywn adleisiau yma o ddwy gerdd enwog am ffydd ac amheuaeth: "Church going" gan Philip Larkin, pan fo'r ymwelydd â'r eglwys hynafol yn dod i weld bod yma "dŷ difrifol ar ddaear ddwys," llecyn i "dyfu'n ddoeth ynddo"; a "Dover beach", campwaith Matthew Arnold, pan fo'r bardd yn clywed Cefnor ein Ffydd yn "rhuo gadael, y felan ar drai, / Yn encilio ar anadl / Gwynt y fagddu."

Cafodd Siôn Aled ei eni ym Mangor a'i fagu ym Mhorthaethwy. Enillodd Goron Eisteddfod Genedlaethol Cymru Maldwyn a'i Chyffiniau 1981 am bryddest ar y teitl Wynebau. Mae'n fardd ac yn gyfeithydd nodedig, ac yn byw bellach yn Wrecsam.

*Siôn Aled, **Meirioli** (Gwasg Carreg Gwalch, 2018)
Hawlfraint | Copyright Siôn Aled a | and Gwasg Carreg Gwalch*

Llandanwg

Siôn Aled; translated by the author

*The sea was never converted
and the beach remains
the boundary between saintly sobriety
and Cantre'r Gwaelod
where sleep the devils of yesterday's faith
in legendary stupor.*

*The sand was welcome relief
caressing the soles of barefooted heralds
healing the scars of the remorseless crags
of Rhinog Fawr.*

*And there a cell begat a chapel,
a llan, a church
whose stubborn walls
exiled the rasping winter wind
and stifled the summer's heat.*

*There the liturgy proclaimed
the new and changeless God:
yesterday, today, eternally one.*

*Today
I come here to seek solace,
as youth deserts me,
rummaging in the pages of a damp Prayer Book
and a yellowing Bible
for scintillas of that certainty
owned by ancient saints
and by my self, before.*

*By the door,
the sand is creeping
like dry snow, shrouding the gravestones
in a second death.*

*The sea,
still unseen,
growls its threat.
And in the churn of the shingle
the sound of devils dreaming themselves awake.*

The poem is located in a particular, holy place – the church of St Tanwg, nestled in sand dunes outside Harlech. The sand covers many of the gravestones on the approach to the church, and it feels as though it might at any moment overwhelm the pathway; and, if not the sand, then the waves breaking on the shore beyond the dunes. The church, with its ancient, solid stone walls, has been for centuries a sanctuary from wild, elemental nature, whose encroaching is as ageless, and persistent, and all around. But this is not just a poem about a place – it's a poem about a person, growing older, not as sure of things now as in the days of youth, seeking some new understanding; it's a poem about a human soul reflecting on faith and doubt, on what has been and what is to come, on such certainties as we have and those uncertainties that won't go away. There are echoes here of two famous poems about faith and doubt: of Philip Larkin's "Church going", where a visitor to an ancient church knows that here is a "serious house on serious earth" that it's "proper to grow wise in"; and of Matthew Arnold's "Dover beach", where the poet hears the Sea of Faith's "melancholy, long, withdrawing roar, / Retreating, to the breath / Of the night-wind."

Siôn Aled was born in Bangor and brought up in Menai Bridge. He won the Crown at the 1981 National Eisteddfod of Wales in Montgomeryshire for his long poem in free metre entitled "Wynebau" (Faces). He is a noted poet and translator, and now lives in Wrexham.

*Cyfeithwyd or gyfer Mi a droaf yn awr
Translated for Turning aside
Hawlfraint | Copyright Siôn Aled*

Ioan 3:1-17

Y darlenniad o'r Efengyl ar Ail Sul y Grawys

Yr oedd dyn o blith y Phariseaid, o'r enw Nicodemus, aelod o Gyngor yr Iddewon. Daeth hwn at lesu liw nos a dweud wrtho, "Rabbi, fe wyddom iti ddod atom yn athro oddi wrth Dduw; ni allai neb wneud yr arwyddion hyn yr wyt ti'n eu gwneud oni bai fod Duw gydag ef." Atebodd lesu ef: "Yn wir, yn wir, rwy'n dweud wrthyt, oni chaiff rhywun ei eni o'r newydd ni all weld teyrnas Dduw." Meddai Nicodemus wrtho, "Sut y gall neb gael ei eni ac yntau'n hen? A yw'n bosibl, tybed, i rywun fynd i mewn i groth ei fam eilwaith a chael ei eni?" Atebodd lesu: "Yn wir, yn wir, rwy'n dweud wrthyt, oni chaiff rhywun ei eni o ddŵr a'r Ysbryd ni all fynd i mewn i deyrnas Dduw. Yr hyn sydd wedi ei eni o'r cnawd, cnawd yw, a'r hyn sydd wedi ei eni o'r Ysbryd, ysbryd yw. Paid â rhyfeddu imi ddweud wrthyt, 'Y mae'n rhaid eich geni chwi o'r newydd.' Y mae'r gwynt yn chwythu lle y myn, ac yr wyt yn clywed ei sŵn, ond ni wyddost o ble y mae'n dod nac i ble y mae'n mynd. Felly y mae gyda phob un sydd wedi ei eni o'r Ysbryd."

Dywedodd Nicodemus wrtho, "Sut y gall hyn fod?" Atebodd lesu ef: "A thithau yn athro Israel, a wyt heb ddeall y pethau hyn? Yn wir, yn wir, rwy'n dweud wrthyt mai am yr hyn a wyddom yr ydym yn siarad, ac am yr hyn a welsom yr ydym yn tystiolaethu; ac eto nid ydych yn derbyn ein tystiolaeth. Os nad ydych yn credu ar ôl imi lefaru wrthych am bethau'r ddaear, sut y credwch os llefaraf wrthych am bethau'r nef? Nid oes neb wedi esgyn i'r nef ond yr un a ddisgynnodd o'r nef, Mab y Dyn. Ac fel y dyrchafodd Moses y sarff yn yr anialwch, felly y mae'n rhaid i Fab y Dyn gael ei ddyrchafu, er mwyn i bob un sy'n credu gael bywyd tragwyddol ynddo ef. Do, carodd Duw y byd gymaint nes iddo roi ei unig Fab, er mwyn i bob un sy'n credu ynddo ef beidio â mynd i ddistryw ond cael bywyd tragwyddol. Oherwydd nid i gondemnio'r byd yr anfonodd Duw ei Fab i'r byd, ond er mwyn i'r byd gael ei achub trwyddo ef."

John 3:1-17

The Gospel reading for the Second Sunday of Lent

Now there was a Pharisee named Nicodemus, a leader of the Jews. He came to Jesus by night and said to him, "Rabbi, we know that you are a teacher who has come from God; for no one can do these signs that you do apart from the presence of God." Jesus answered him, "Very truly, I tell you, no one can see the kingdom of God without being born from above." Nicodemus said to him, "How can anyone be born after having grown old? Can one enter a second time into the mother's womb and be born?" Jesus answered, "Very truly, I tell you, no one can enter the kingdom of God without being born of water and Spirit. What is born of the flesh is flesh, and what is born of the Spirit is spirit. Do not be astonished that I said to you, 'You must be born from above.' The wind blows where it chooses, and you hear the sound of it, but you do not know where it comes from or where it goes. So it is with everyone who is born of the Spirit."

Nicodemus said to him, "How can these things be?" Jesus answered him, "Are you a teacher of Israel, and yet you do not understand these things? Very truly, I tell you, we speak of what we know and testify to what we have seen; yet you do not receive our testimony. If I have told you about earthly things and you do not believe, how can you believe if I tell you about heavenly things? No one has ascended into heaven except the one who descended from heaven, the Son of Man. And just as Moses lifted up the serpent in the wilderness, so must the Son of Man be lifted up, that whoever believes in him may have eternal life. For God so loved the world that he gave his only Son, so that everyone who believes in him may not perish but may have eternal life. Indeed, God did not send the Son into the world to condemn the world, but in order that the world might be saved through him."



Ail wythnos y Grawys The second week of Lent

Cymundod
A communion



Nid ydym fyth ar ein pennau ein hunain, ac ni allwn ganfod y ffordd at Dduw heb gwmni. Pan weddiwn Weddi'r Arglwydd, gweddiwn ar "ein Tad", byth "fy Nhad"; gweddiwn wastad gyda'n gilydd, hyd yn oed os mai dim ond ni sydd yno. Ac, wrth i ni weddio, nid gobeithio wnawn y cawn ni, yn unigol, ein "hachub"; gweddiwn y daw teyrnas Dduw. Cymdeithas yw teyrnas, gwe o fodoli ac o berthyn, a chymdeithas Duw yw byd sy'n cael ei adfer, ei achub a'i ail-eni; byd sy'n gyflawn pan fyddwn yn un â Duw, ac yn un â'n gilydd, y naill yn adnabod y llall fel ei hun. Cymdeithas Duw fydd ein byd pan fyddwn yn perthyn i'n gilydd, ac yn llawenhau yn ein gilydd drwy Ysbryd Crist - yng nghwmni Crist, sydd inni'n deyrnas, a chymdeithas, a'n nefoedd.

We are not alone, and we can't work out our way to union with God by ourselves. When we pray the Lord's Prayer, we pray to "our", and not "my", Father; we pray together, even if we are alone. And, as we pray, our hope is not that we, individually, will be "saved", but that God's kingdom will come. A kingdom is a society, a web of being and relating, and God's society is a world recovered, redeemed and restored; a world where wholeness means unity with God, and equally unity with one another. God's society is ours when we belong to one another, when we rejoice in one another, in the Spirit of Christ - in Christ's company, which is kingdom, and society, and heaven.

Y wledd nefol

**Cerdd Wyddeleg o'r ddegfed ganrif;
cyfieithiad Cynthia Davies**

*Byddai'n dda gennyf gael gwŷr nef
yn fy nhŷ fy hun:
byddai'n dda gennyf gael cerwynau o amynedd
at eu galw.*

*Byddai'n dda gennyf y tair Mair
mawr eu clod,
byddai'n dda gennyf gael
tylwyth y nef o bob tu.*

*Byddai'n dda gennyf fod budd
am byth yn eu cyfeddach,
byddai'n dda gennyf i lesu
fod o hyd yn eu mysg.*

*Byddai'n dda gennyf lyn mawr o gwrrw
ar gyfer Brenin y brenhinoedd,
byddai'n dda gennyf fod tylwyth y nef
i'w yfed yn oes oesoedd.*

Mae'r bardd eisiau croesawu'r saint i barti diddiwedd. Gwahoddir Mair Mam Duw, Mair gwraig Clopas, a Mair Magdalen (y drindod a safodd yn wylo wrth droed y Groes; Ioan 19:25) a'r holl saint, a lesu hefyd. Dyma wahoddiad i ffurfio cymuned o lawenydd mewn llecyn cynnes, cymdeithasol, a'r bardd sy'n ei croesau dros y trothwy - i'w chartref, neu, efallai, i aelwyd ei chalon. Mae eglurder a symwrwydd iaith y gerdd yn adleisio gonestrwydd a didwylledd y bardd. Er bod pob pennill yn dechrau gyda "Byddai'n dda gennyf", does dim byd hunanol, barus yma: yn hytrach, dyhead sydd am gofleidio a chroesawu a mwynhau cwmni'r rhai sy'n agos at Grist. Er bod y bardd yn dyheu am fwynhad (yn wir, am fwynhad eithaf afradlon), nid oes oferedd yma: yn hytrach, dyma ddyheu am orfoledd sanctaidd a Chymundod tragwyddol.

Mae Cynthia Davies, cyfieithydd y gerdd, yn byw yn Sir Aberteifi erbyn hyn, ar ôl byw yn Esgobaeth Bangor pan oedd ei diweddar âr yn archdiacon ac yn esgob yno. Roedd yn athrawes Gymraeg ac mae'n gyfieithydd toreithiog o farddoniaeth a rhyddiaith.

Y cyntaf i gyfieithu'r gerdd o'r Wyddeleg oedd Eugene O'Curry (neu Eoghan Ó Comhraí, 1794-1862). Daeth O'Curry, a gafodd ei eni a'i addysgu ar fferm y teulu yn Contae an Chlair, yn ysgolor mewn hanes Iwerddon ac yn un o ieithyddion y Wyddeleg gorau'r bedwaredd ganrif ar bymtheg. Pan sefydlwyd Prifysgol Gatholig Iwerddon (Coleg Prifysgol Dulyn erbyn hyn) ym 1854, cafodd ei benodi'n athro hanes ac archaeoleg Iwerddon.

*Jim Cotter (gol. / ed.), **Gweddi'r Pererin | Pilgrim Prayer** (Cyhoeddiadau Cairns | Cairns Publications, 2003)
Hawlfraint | Copyright Cynthia Davies*

The heavenly banquet

A tenth century Irish poem;
translated by Eugene O'Curry

*I would like to have the men of Heaven
in my own house:
with vats of good cheer
laid out for them.*

*I would like to have the three Marys,
their fame is so great.*

*I would like people
from every corner of Heaven.*

*I would like them to be cheerful
in their drinking.*

*I would like to have Jesus, too,
here amongst them.*

*I would like a great lake of beer
for the King of Kings.*

*I would like to be watching Heaven's family
drinking it through all eternity.*

The poet wants to welcome the saints to a never-ending party. Mary the Mother of God, Mary the wife of Clopas, and Mary Magdalene (who last stood together weeping at the foot of the Cross; John 19:25) are invited with all the saints, and Jesus, too. The invitation is to form a community of joy in a warm, social place whose doors are flung open by the poet – the poet's house or, perhaps, the poet's heart. The clarity and simplicity of the poem's language echo the poet's frankness and sincerity. Although each verse begins with "I would like", there is nothing selfish here: rather, a yearning to host and welcome and enjoy the company of those who are close to Christ. Although the poet yearns for enjoyment (indeed, for quite raucous enjoyment), neither is there anything dissolute or debauched here: rather, a yearning for holy gladness and eternal Communion.

Eugene O'Curry (or Eoghan Ó Comhraí, 1794-1862), born and educated on the family farm in County Clare, became a scholar of Irish history and one of the pre-eminent Irish linguists of the nineteenth century. On the founding of the Catholic University of Ireland (now University College Dublin) in 1854, he was appointed professor of Irish history and archaeology.

Cynthia Davies, the translator of the poem into Welsh, now lives in Cardiganshire, having lived in the Diocese of Bangor when her late husband was archdeacon and bishop. She has been a teacher of Welsh and a prolific translator of poetry and prose.

Eugene O'Curry, *Lectures on the manuscript materials of ancient Irish history* (James Duffy, 1861)
Golygyd y testun gan | Text edited by
Sean O'Faoláin

Iloan 4:5-26

Rhan o'r darlleniad o'r Efengyl ar Drydydd Sul y Grawys

Felly daeth i dref yn Samaria o'r enw Sychar, yn agos i'r darn tir a roddodd Jacob i'w fab Joseff. Yno yr oedd ffynnon Jacob, a chan fod lesu wedi blino ar ôl ei daith eisteddodd i lawr wrth y ffynnon. Yr oedd hi tua hanner dydd.

Dyma wraig o Samaria yn dod yno i dynnu dŵr. Meddai lesu wrthi, "Rho i mi beth i'w yfed." Yr oedd ei ddisgyblion wedi mynd i'r dref i brynu bwyd. A dyma'r wraig o Samaria yn dweud wrtho, "Sut yr wyt ti, a thithau'n Iddew, yn gofyn am rywbed i'w yfed gennyf fi, a minnau'n wraig o Samaria?" (Wrth gwrs, ni bydd yr Iddewon yn rhannu'r un llestri â'r Samariaid.) Atebodd lesu hi, "Pe bait yn gwybod beth yw rhodd Duw, a phwy sy'n gofyn iti, 'Rho i mi beth i'w yfed', ti fyddai wedi gofyn iddo ef a byddai ef wedi rhoi i ti ddŵr bywiol." "Syr," meddai'r wraig wrtho, "nid oes gennyt ddim i dynnu dŵr, ac y mae'r pydew'n ddwfn. O ble, felly, y mae gennyt y 'dŵr bywiol' yma? A wyt ti'n fwy na Jacob, ein tad ni, a roddodd y pydew inni, ac a yfodd ohono, ef ei hun a'i feibion a'i anifeiliaid?" Atebodd lesu hi, "Bydd pawb sy'n yfed o'r dŵr hwn yn profi syched eto; ond pwysynnag sy'n yfed o'r dŵr a roddaf fi iddo, ni bydd arno syched byth. Bydd y dŵr a roddaf iddo yn troi yn ffynnon o ddŵr o'i fewn, yn ffrydio i fywyd tragwyddol." "Syr," meddai'r wraig wrtho, "rho'r dŵr hwn i mi, i'm cadw rhag sychedu a dal i ddod yma i dynnu dŵr."

Dywedodd lesu wrthi, "Dos adref, galw dyŵr a thyrd yn ôl yma." "Nid oes gennytŵr," atebodd y wraig. Meddai lesu wrthi, "Dywedaist y gwir wrth ddweud, 'Nid oes gennytŵr.' Oherwydd fe gefaist bump o wŷr, ac nid gŵr i ti yw'r dyn sydd gennyt yn awr. Yr wyt wedi dweud y gwir am hyn." "Syr," meddai'r wraig wrtho, "rwy'n gweld dy fod ti'n broffwyd. Yr oedd ein hynafiaid yn addoli ar y mynydd hwn. Ond yr ydych chwi'r Iddewon yn dweud mai yn Jerwsalem y mae'r man lle dylid addoli." "Cred fi, wraig," meddai lesu wrthi, "y mae amser yn dod pan na fyddwch yn addoli'r Tad nac ar y mynydd hwn nac yn Jerwsalem. Yr ydych chwi'r Samariaid yn addoli heb wybod beth yr ydych yn ei addoli. Yr ydym ni'n gwybod beth yr ydym yn ei addoli, oherwydd oddi wrth yr Iddewon y mae iachawdwriaeth yn dod. Ond y mae amser yn dod, yn wir y mae yma eisoes, pan fydd y gwir addolwyr yn addoli'r Tad mewn ysbryd a gwirionedd, oherwydd rhai felly y mae'r Tad yn eu ceisio i fod yn addolwyr iddo. Ysbryd yw Duw, a rhaid i'w addolwyr ef addoli mewn ysbryd a gwirionedd." Meddai'r wraig wrtho, "Mi wn fod y Meseia" (ystyr hyn yw Crist) "yn dod. Pan ddaw ef, bydd yn mynegi i ni bob peth." Dywedodd lesu wrthi, "Myfi yw, sef yr un sy'n siarad â thi."

John 4:5-26

Part of the Gospel reading for the Third Sunday of Lent

So he came to a Samaritan city called Sychar, near the plot of ground that Jacob had given to his son Joseph. Jacob's well was there, and Jesus, tired out by his journey, was sitting by the well. It was about noon.

A Samaritan woman came to draw water, and Jesus said to her, "Give me a drink." (His disciples had gone to the city to buy food.) The Samaritan woman said to him, "How is it that you, a Jew, ask a drink of me, a woman of Samaria?" (Jews do not share things in common with Samaritans.) Jesus answered her, "If you knew the gift of God, and who it is that is saying to you, 'Give me a drink', you would have asked him, and he would have given you living water." The woman said to him, "Sir, you have no bucket, and the well is deep. Where do you get that living water? Are you greater than our ancestor Jacob, who gave us the well, and with his sons and his flocks drank from it?" Jesus said to her, "Everyone who drinks of this water will be thirsty again, but those who drink of the water that I will give them will never be thirsty. The water that I will give will become in them a spring of water gushing up to eternal life." The woman said to him, "Sir, give me this water, so that I may never be thirsty or have to keep coming here to draw water."

Jesus said to her, "Go, call your husband, and come back." The woman answered him, "I have no husband." Jesus said to her, "You are right in saying, 'I have no husband'; for you have had five husbands, and the one you have now is not your husband. What you have said is true!" The woman said to him, "Sir, I see that you are a prophet. Our ancestors worshipped on this mountain, but you say that the place where people must worship is in Jerusalem." Jesus said to her, "Woman, believe me, the hour is coming when you will worship the Father neither on this mountain nor in Jerusalem. You worship what you do not know; we worship what we know, for salvation is from the Jews. But the hour is coming, and is now here, when the true worshippers will worship the Father in spirit and truth, for the Father seeks such as these to worship him. God is spirit, and those who worship him must worship in spirit and truth." The woman said to him, "I know that Messiah is coming" (who is called Christ). "When he comes, he will proclaim all things to us." Jesus said to her, "I am he, the one who is speaking to you."



Trydedd wythnos
y Grawys
The third
week of Lent

Angerdd
A passion



Mae Duw yn ein galw ni'n anwyliaid. Rydyn ni'n gariadon. Dyna ddyfnader ac angerdd ein cwrdd. Nid rhywbeth parchus sydd yma, er i ni ei wisgo mewn dillad dydd Sul. Ac nid rhywbeth damcaniaethol chwaith; mae'n ymgnewdoledig. Cyffyrddodd Iesu, torodd fara, cusannodd, bu'n gwaedu. Heddiw, mae'n cur o'n calonnau, yn anadlu arnom, yn ein dymchwel, yn chwythu, yn llosgi, yn ein gwneud o'r newydd. Mae'n achosi daeargrynfeydd yn ein heneidiau galarus. Mae'n holtti ein calonnau fel plisgyn pys, ac yn tywallt i mewn. Mae'n ein bwydo, ac fe dyfwn yn debyg iddo. Digwyliwch yn eiddgar amdano. Efryniwch arno ddod. Agorwch gil eich drws.

God calls us beloved. We are lovers. Such is the depth of the passion with which we meet. It isn't respectable, try as we might to make it so. And it isn't theoretical; it is incarnational. Jesus touched, broke bread, was kissed, bled. Today, he batters our hearts, breathes on us, overthrows us, blows, burns, makes new. He causes earthquakes in our mourning souls. He splits our hearts like pea-pods, and pours in. He feeds us, and we become like him. Wait for him. Want him. Let him in.

Crist oll yn hawddgar

Ann Griffiths

Wele'n sefyll rhwng y myrtwydd
Wrthrych teilwng o fy mryd;
Er mai o ran, yr wy'n adnabod
Ei fod uwchlaw gwrthrychau'r byd:
Henffych fore
Y caf ei weled fel y mae.

Rhosyn Saron yw ei enw,
Gwyn a gwridog, teg o bryd;
Ar ddeng mil y mae'n rhagori
O wrthrychau pennar'r byd:
Ffrind pechadur,
Dyma ei beilat ar y môr.

Beth sy imi mwy a wnelwyf
Ag eilunod gwael y llawr?
Tystio'r wyf nad yw eu cwmni
I'w cystadlu â lesu mawr:
O! am aros
Yn ei gariad ddyddiau f'oes.

Mae'r gwâr yn sefyll yng nghanol coed myrtwydd, eu blodau tyner a'u dail persawrus, eu haddewid cudd o dosturi a chysur (Sechareria 1:8-17). Mae hi'n adnabod ei harddwch, ei groen clir, ei gorff heini; fe wyr hi mai dyma ei hanwylyd, ei rhosyn (Caniad Solomon 2:1). Mae haul ar fryn, ond yn ei chyfnos (yntau yn ei breuddwyd?), mae hi'n dyheu am ei weld, y gwâr trawiadol hwn a ddaw hefo'r wawr. O'i gymharu ag ef, eiradd a di-werth yw popeth; o'i gymharu ag ef, ysgafn, hesb a di-sylwedd yw bywyd. O'i gymharu ag ef, ar wahân iddo, mae hi'n ddiffaith, yn wag. Gydag angerdd (o'r fath angerdd!), mae'n aros amdano, hyd nes y daw i'w chofleidio, i'w chario, i'w charu.

Cafodd Ann Griffiths (1776-1805) ei geni, a bu'n byw bron gydol ei hoes, ar fferm y teulu, Dolwar Fach yn Sir Drefaldwyn. Ymunodd â chymdeithas y Methodistiaid ym Mhont Robert ym 1797 a mynegodd ei ffydd fywiog drwy gyfrwng ei hemynau, gyda'u cyfoeth o gyfeiriadau ac awgrymiadau ysgrythurol, eu delweddu cadarn, afieithus, a'u dyfnder emosiynol cyson.

Etholwyd Rowan Williams yn Archesgob Cymru ym 1999 ac yn Archesgob Caergaint yn 2002. Erbyn hyn mae'n Feistr Coleg Magdalene, Caergrawnt ac yn Gadeirydd Cymorth Cristnogol. O ran ei efelychiad Saesneg o emyn Ann Griffiths, mae Rowan Williams yn sôn ei fod wedi mabwysiadu "dull o gyfeithu nad yw i fod yn gyfeithiad llythrennol o gwbl, ond yn hytrach yn ymdrech i ail greu'r gyfres o ddelweddu gydag adlais o'r egni sydd yn y gwreiddiol."

O orgraff ddiweddar o waith Ann Griffiths gan E Wyn James ar adran Ann Griffiths o wefan Ysgol y Gymraeg, Prifysgol Caerdydd | From a recent edition of Ann Griffiths's work by E. Wyn James on the Ann Griffiths website of the School of Welsh, Cardiff University

I saw him standing

Rowan Williams; from the Welsh of Ann Griffiths

*Under the dark trees, there he stands,
there he stands; shall he not draw my eyes?
I thought I knew a little
how he compels, beyond all things, but now
he stands there in the shadows. It will be
Oh, such a daybreak, such bright morning,
when I shall wake to see him
as he is.*

*He is called Rose of Sharon, for his skin
is clear, his skin is flushed with blood,
his body lovely and exact; how he compels
beyond ten thousand rivals. There he stands,
my friend, the friend of guilt and helplessness,
to steer my hollow body
over the sea.*

*The earth is full of masks and fetishes,
what is there here for me? are these like him?
Keep company with him and you will know:
no kin, no likeness to those empty eyes.
He is a stranger to them all, great Jesus.
What is there here for me? I know
what I have longed for. Him to hold
me always.*

The man stands amid myrtle trees, with their gentle flowers and fair-smelling leaves, with their promise of compassion and comfort (Zechariah 1:8-17). She knows his beauty, his healthy skin, his taut body; she knows that he is her beloved, her rose (Song of Songs 2:1). It isn't light yet, or perhaps she is dreaming; she yearns to see him, this striking man, at daybreak. Compared to him, everything else is second-rate, worthless; compared to him, nothing else seems even to have substance, to have life. Compared to him, or apart from him, she is lifeless, empty. With passion, with a deep yearning passion, she waits until he comes to her, until she is held by him, carried by him, filled by him.

Ann Griffiths (1776-1805) was born, and lived almost all her life, at the family farm of Dolwar Fach in Montgomeryshire. She joined the Methodist society at Pont Robert in 1797, and her vibrant faith found its expression in hymns that are characterized by a wealth of scriptural allusion, by bold, extravagant imagery, and by sustained emotional density.

Rowan Williams was elected Archbishop of Wales in 1999 and Archbishop of Canterbury in 2002. He is now Master of Magdalene College, Cambridge and the Chair of Christian Aid. Of his translation of Ann Griffiths's hymn, Rowan Williams writes that he adopted "a style of translation designed not to be at all a literal rendering, but an attempt to recreate the progressions of imagery with something of the energy they have in the original."

*Rowan Williams, **The Poems of Rowan Williams** (Carcanet Press, 2014)
Hawlfraint | Copyright Rowan Williams*

Loan 19:25-27

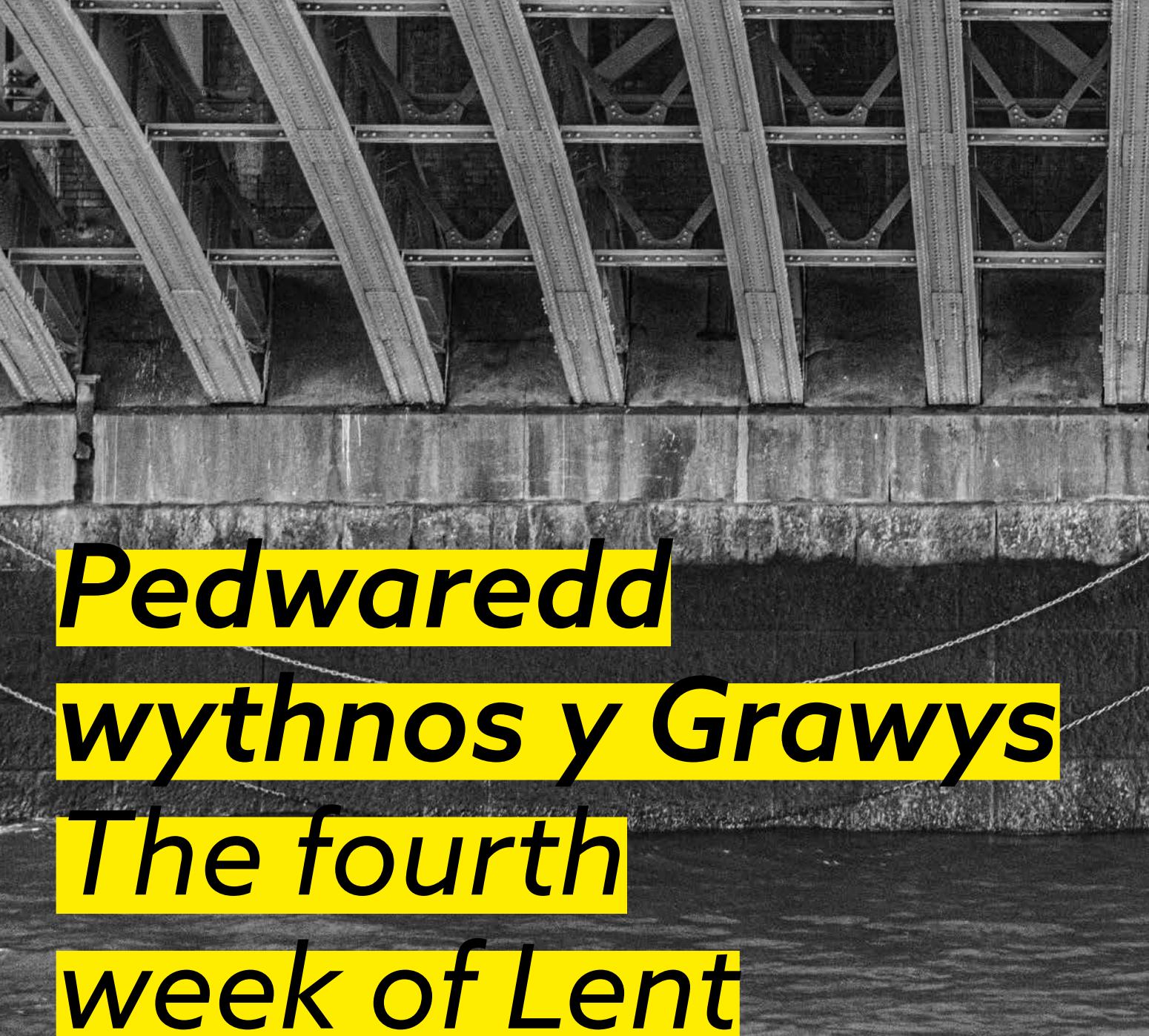
Y darllediad o'r Efengyl ar Sul y Mamau

Ond yn ymyl croes lesu yr oedd ei fam ef yn sefyll gyda'i chwaer, Mair gwraig Clopas, a Mair Magdalén. Pan welodd lesu ei fam, felly, a'r disgybl yr oedd yn ei garu yn sefyll yn ei hymyl, meddai wrth ei fam, "Wraig, dyma dy fab di." Yna dywedodd wrth y disgybl, "Dyma dy fam di." Ac o'r awr honno, cymerodd y disgybl hi i mewn i'w gartref.

John 19:25-27

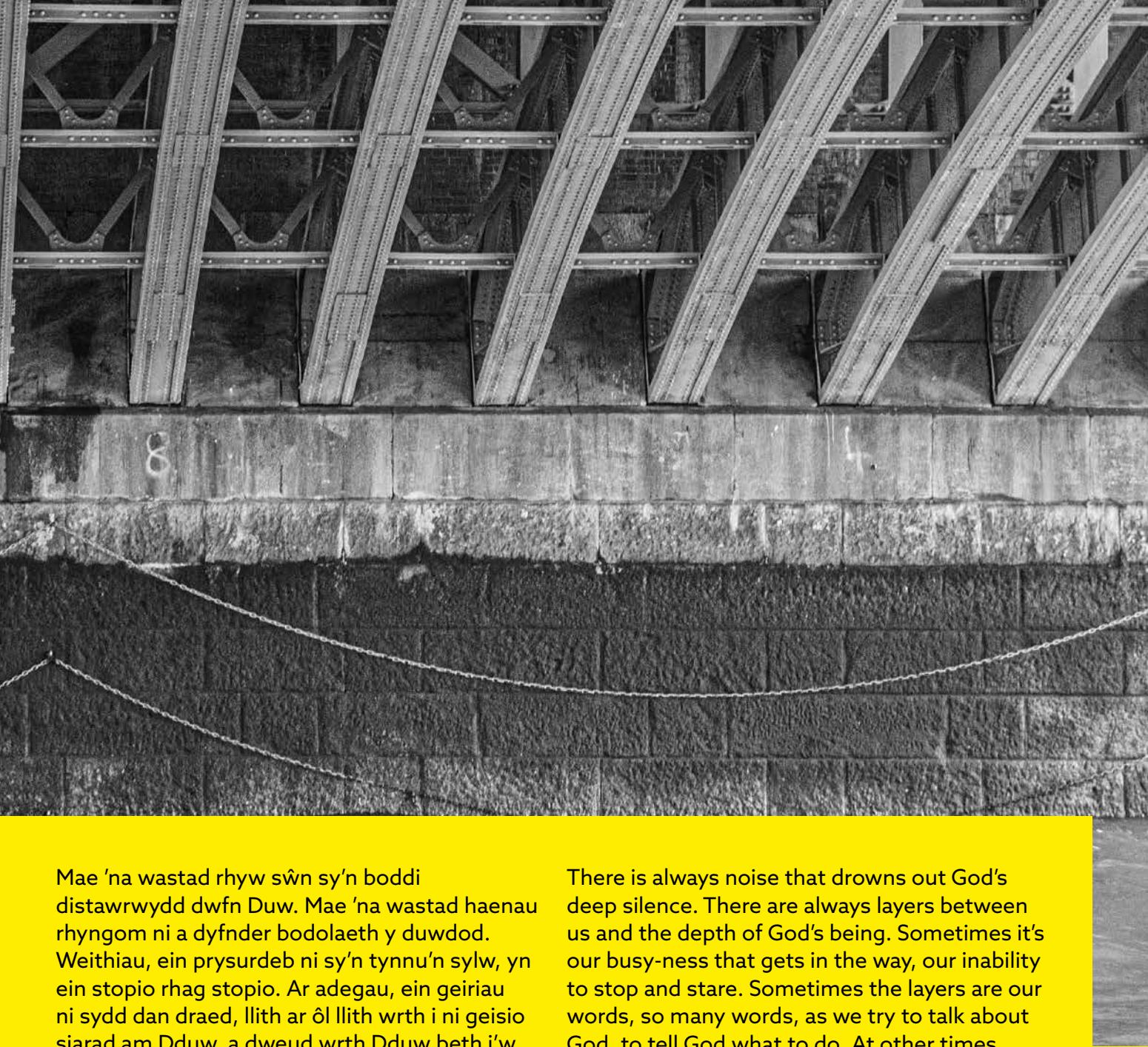
*The Gospel reading for
Mothering Sunday*

Meanwhile, standing near the cross of Jesus were his mother, and his mother's sister, Mary the wife of Clopas, and Mary Magdalene. When Jesus saw his mother and the disciple whom he loved standing beside her, he said to his mother, "Woman, here is your son." Then he said to the disciple, "Here is your mother." And from that hour the disciple took her into his own home.



Pedwaredd
wythnos y Grawys
The fourth
week of Lent

Llonyddwch
A stillness



Mae 'na wastad rhyw sŵn sy'n boddi distawrwydd dwfn Duw. Mae 'na wastad haenau ryngom ni a dyfnder bodolaeth y duwdod. Weithiau, ein prysurdeb ni sy'n tynnu'n sylw, yn ein stopio rhag stopio. Ar adegau, ein geiriau ni sydd dan draed, llith ar ôl llith wrth i ni geisio siarad am Dduw, a dweud wrth Dduw beth i'w wneud. Dro arall, ein pryderon a'n hofnau sy'n ein cadw ni draw. A allwn ni gladdu'r dolur a'r drwg a wnaethom ni, y dicter sydd eto'n gyfaill i ni, yr euogrwydd sy'n ein condemnio – ac, o wneud hynny, glywed o'r newydd dawelwch maddeuant? A allwn ni wynebu mympwyoldeb bywyd, annhegwch tynged, anochelwch ein diweddglo – ac, o wneud hynny, deimlo coflaid ddyfnach y bywyd sydd tu hwnt i'n hunain? A yw ein ffydd yn caniatáu inni ymddiried yn y dyfnderoedd? A feiddiwn ni, o'r neilltu, wyneb yn wyneb, law yn llaw, fod yn llonydd?

There is always noise that drowns out God's deep silence. There are always layers between us and the depth of God's being. Sometimes it's our busy-ness that gets in the way, our inability to stop and stare. Sometimes the layers are our words, so many words, as we try to talk about God, to tell God what to do. At other times, our anxieties and fears keep us away. Can we bear to put down the weight of the hurt we've caused, the anger we're carrying, the guilt that we can feel condemning us, and know the quietness of forgiveness? Can we confront the arbitrariness of life, the unfairness of fate, the inevitability of ending, and know the deeper embrace of life beyond ourselves? Does our faith allow us to trust in the depths? Dare we strip away, and be still?

Yr Angel a'r Wyryf

Gwyneth Lewis; cyfieithiad yr awdur

*I gychwyn, darluniodd y mynach Fair
Ar gefndir llawn addurn— gwybren o aur*

*Ac adenydd angylion yn batrymau coeth,
Fel pe bai'r nefoedd o'n hamgylch yn drwch.*

*Aeddfedodd fel artist, a gosod y ferch
Mewn tŷ diymhongar; hogodd ei grefft*

*Ar glustogau a llestri, ond roedd golud o hyd
Ym mhlu y negesydd a'u lliwiau drud.*

*Amser hir wedyn, roedd ei Dduw
Wedi cilio, yn helaeth. Lleihauodd*

*Ei ffresgos. Gadawodd i wal
Fod yn wal ond, ar lawntydd, roedd chwlyn*

*Yn fanwl gywir. Ymhen hir a hwyr,
Ei unig ddiddordeb oedd moli Dim:*

*Awgrym o gysgod mewn stafell gefn,
Onglau amhosib, a'r neges ei hun*

*Yn ffrwydro'r Wyryf, yn ei throi hi
Yn olygfa ddiriaethol,*

*Mor agored a rhinwedd, gydag angel plaen
Ond diolchgar yn penlinio o'i blaen.*

Mae'r arlunydd yn troi dro ar ôl tro at storï'r Cyfarchiad – pan "anfonwyd yr angel Gabriel gan Dduw i dref yng Ngalilea o'r enw Nasareth," at Mair, gan ei hannog i beidio ag ofni, "oherwydd cefaistffafr gyda Duw, ac wele, byddi'n beichiogi yn dy groth ac yn esgor ar fab, a gelwi ef lesu" (Luc 1: 26-38). Tybiwn mai Fra Angelico (c.1395-1455) yw'r arlunydd – un o'r Brodyr Duon, an un o brif beintwyr y Dadeni cynnar y Fflorens, canolbwyt y byd wrth i'r canoloesoedd esgor ar y modern. Allorau Gothig euraidd yw ei weithiau cynnar; yn ddiweddarach ceir darluniau manwl, realistig o'r aelwyd yn Nasareth; yn ddiweddarach fyth, golchluniau llai, gydag ychydig o elfennau mân wedi'u portreadu'n goeth; ac yn y pen draw, mewn gwagleoedd gweinion, Mair a Gabriel, y ddau ohonynt nhw ar eu pennau eu hunain, yn dirnad galwad enbyd Duw.

Mae'r gerdd, gyda'i llonyddwch, yn ein paratoi ar gyfer Gŵyl Fair (Gŵyl y Cyfarchiad), a ddethlir gan yr Eglwys ar 25 Mawrth.

Mae Gwyneth Lewis yn awdur, bardd, librettydd, cyfieithydd ac academig toreithiog. Fe'i penodwyd yn Fardd Cenedlaethol cyntaf Cymru yn 2005, enillodd Goron Eisteddfod Genedlaethol 2012, a hi yw awdur y geiriau chwe throedfedd o uchder ar da blaen Canolfan Mileniwm Cymru: "Creu gwir / fel gwydr / o ffwrnais awen" ac "In these stones / horizons / sing" (Mae cân y gorwelion yn y cerrig hyn).

Cyfieithwyd ar gyfer *Mi a droaf yn awr* /
Translated for *Turning aside*
Hawlfraint | Copyright Gwyneth Lewis

Annunciation

Gwyneth Lewis

*When first he painted the Virgin the friar filled
the space around her with angels' wings,
scalloped and plated, with skies of gold,*

*heavy with matter. He thought that he knew
that heaven was everywhere. He grew
older, wiser and found that he drew*

*more homely rooms with pots and beds,
but lavished his art on soft furnishings
and the turn of the waiting angel's wings*

*(still gorgeous with colour and precious dust).
Much later, he sensed that his God had withdrawn,
was spacious. On smaller frescoes he painted less,*

*let wall be wall, but drew in each lawn
the finer detail of sorrel and weeds.
Still later, he found his devotion drawn*

*to nothing - shadows hinted at hidden rooms,
at improbable arches, while the angel's news
shattered the Virgin, who became a view*

*as open as virtue, her collapsing planes
easy and vacant as the evening breeze
that had brought a plain angel to his grateful knees.*

A painter keeps returning to the story of the Annunciation – when “the angel Gabriel was sent by God to a town in Galilee called Nazareth,” to Mary, urging her not to be afraid, “for you have found favour with God. And now, you will conceive in your womb and bear a son, and you will name him Jesus” (Luke 1:26-38). The painter, who we assume to be the Italian Dominican friar, Fra Angelico (c.1395-1455), lived and worked in Florence as the Renaissance was being born, as the world was growing from the medieval to the modern. His early paintings are golden Gothic altarpieces; later there are detailed, realistic depictions of the hearth at Nazareth; later still, smaller wall-paintings with a few careful elements meticulously drawn; and eventually, in quiet, vulnerable spaces, Mary and Gabriel, the two of them alone, understanding God’s overwhelming call.

The poem, with its stillness, prepares us for the Feast of the Annunciation of Jesus Christ to Mary, celebrated by the Church on 25 March.

Gwyneth Lewis is a prolific author, poet, librettist, translator and academic. She was appointed as the inaugural National Poet of Wales in 2005, won the Crown at the 2012 National Eisteddfod, and authored the six-foot-high words on the front the Wales Millennium Centre: “Creu gwir / fel gwydr / o ffwrnais awen” (Creating truth like glass from inspiration’s furnace) and “In these stones / horizons / sing.”

*Gwyneth Lewis, Chaotic Angels: Poems in English (Bloodaxe Books, 2005)
www.bloodaxebooks.com
Hawlfraint | Copyright Gwyneth Lewis*

Ioan 11:17-45

Rhan o'r darlleniad o'r Efengyl ar Bumed Sul y Grawys

Pan gyrhaeddodd yno, cafodd Iesu fod Lasarus eisoes yn ei fedd ers pedwar diwrnod. Yr oedd Bethania yn ymyl Jerwsalem, ryw dri chilomedr oddi yno. Ac yr oedd llawer o'r Iddewon wedi dod at Martha a Mair i'w cysuro ar golli eu brawd. Pan glywodd Martha fod Iesu yn dod, aeth i'w gyfarfod; ond eisteddodd Mair yn y tŷ. Dywedodd Martha wrth Iesu, "Pe buasit ti yma, syr, ni buasai fy mrawd wedi marw. A hyd yn oed yn awr, mi wn y rhydd Duw i ti beth bynnag a ofynni ganddo." Dywedodd Iesu wrthi, "Fe atgyfoda dy frawd." "Mi wn," meddai Martha wrtho, "y bydd yn atgyfodi yn yr atgyfodiad ar y dydd olaf." Dywedodd Iesu wrthi, "Myfi yw'r atgyfodiad a'r bywyd. Pwy bynnag sy'n credu ynof fi, er iddo farw, fe fydd byw; a phob un sy'n byw ac yn credu ynof fi, ni bydd marw byth. A wyt ti'n credu hyn?" "Ydwyf, Arglwydd," atebodd hithau, "yr wyf fi'n credu mai tydi yw'r Meseia, Mab Duw, yr Un sy'n dod i'r byd."

Wedi iddi ddweud hyn, aeth ymaith a galw ei chwaer Mair a dweud wrthi o'r neilltu, "Y mae'r Athro wedi cyrraedd, ac y mae am dy weld." Pan glywodd Mair hyn, cododd ar frys a mynd ato ef. Nid oedd Iesu wedi dod i mewn i'r pentref eto, ond yr oedd yn dal yn y fan lle'r oedd Martha wedi ei gyfarfod. Pan welodd yr Iddewon, a oedd gyda hi yn y tŷ yn ei chysuro, fod Mair wedi codi ar frys a mynd allan, aethant ar ei hôl gan dybio ei bod hi'n mynd at y bedd, i wylo yno. A phan ddaeth Mair i'r fan lle'r oedd

Iesu, a'i weld, syrthiodd wrth ei draed ac meddai wrtho, "Pe buasit ti yma, syr, ni buasai fy mrawd wedi marw." Wrth ei gweld hi'n wylo, a'r Iddewon oedd wedi dod gyda hi hwythau'n wylo, cynhyrfwyd ysbryd Iesu gan deimlad dwys. "Ble'r ydych wedi ei roi i orwedd?" gofynnodd. "Tyrd i weld, syr," meddant wrtho. Torrodd Iesu i wylo. Yna dywedodd yr Iddewon, "Gwelwch gymaint yr oedd yn ei garu ef." Ond dywedodd rhai ohonynt, "Oni allai hwn, a agorodd lygaid y dall, gadw'r dyn yma hefyd rhag marw?"

Dan deimlad dwys drachefn, daeth Iesu at y bedd. Ogof ydoedd, a maen yn gorwedd ar ei thraws. "Symudwch y maen," meddai Iesu. A dyma Martha, chwaer y dyn oedd wedi marw, yn dweud wrtho, "Erbyn hyn, syr, y mae'n drewi; y mae yma ers pedwar diwrnod." "Oni ddywedais wrthyt," meddai Iesu wrthi, "y cait weld gogoniant Duw, dim ond iti gredu?" Felly symudasant y maen. A chododd Iesu ei lygaid i fyny a dweud, "O Dad, rwy'n diolch i ti am wrando arnaf. Roeddwn i'n gwybod dy fod bob amser yn gwrando arnaf, ond dywedais hyn o achos y dyrfa sy'n sefyll o gwmpas, er mwyn iddynt gredu mai tydi a'm hanfonodd." Ac wedi dweud hyn, gwaeddodd â llais uchel, "Lasarus, tyrd allan." Daeth y dyn a fu farw allan, a'i draed a'i ddwylo wedi eu rhwymo â llieiniau, a chadach am ei wyneb. Dywedodd Iesu wrthynt, "Datodwch ei rwymau, a gadewch iddo fynd." Felly daeth llawer o'r Iddewon, y rhai oedd wedi dod at Mair a gweld beth yr oedd Iesu wedi ei wneud, i gredu ynddo.

John 11:17-45

Part of the Gospel reading for the Fifth Sunday of Lent

When Jesus arrived, he found that Lazarus had already been in the tomb for four days. Now Bethany was near Jerusalem, some two miles away, and many of the Jews had come to Martha and Mary to console them about their brother. When Martha heard that Jesus was coming, she went and met him, while Mary stayed at home. Martha said to Jesus, "Lord, if you had been here, my brother would not have died. But even now I know that God will give you whatever you ask of him." Jesus said to her, "Your brother will rise again." Martha said to him, "I know that he will rise again in the resurrection on the last day." Jesus said to her, "I am the resurrection and the life. Those who believe in me, even though they die, will live, and everyone who lives and believes in me will never die. Do you believe this?" She said to him, "Yes, Lord, I believe that you are the Messiah, the Son of God, the one coming into the world."

When she had said this, she went back and called her sister Mary, and told her privately, "The Teacher is here and is calling for you." And when she heard it, she got up quickly and went to him. Now Jesus had not yet come to the village, but was still at the place where Martha had met him. The Jews who were with her in the house, consoling her, saw Mary get up quickly and go out. They followed her because they thought that she was going to the tomb to weep there.

When Mary came where Jesus was and saw him, she knelt at his feet and said to him, "Lord, if you had been here, my brother would not have died." When Jesus saw her weeping, and the Jews who came with her also weeping, he was greatly disturbed in spirit and deeply moved. He said, "Where have you laid him?" They said to him, "Lord, come and see." Jesus began to weep. So the Jews said, "See how he loved him!" But some of them said, "Could not he who opened the eyes of the blind man have kept this man from dying?"

Then Jesus, again greatly disturbed, came to the tomb. It was a cave, and a stone was lying against it. Jesus said, "Take away the stone." Martha, the sister of the dead man, said to him, "Lord, already there is a stench because he has been dead for four days." Jesus said to her, "Did I not tell you that if you believed, you would see the glory of God?" So they took away the stone. And Jesus looked upwards and said, "Father, I thank you for having heard me. I knew that you always hear me, but I have said this for the sake of the crowd standing here, so that they may believe that you sent me." When he had said this, he cried with a loud voice, "Lazarus, come out!" The dead man came out, his hands and feet bound with strips of cloth, and his face wrapped in a cloth. Jesus said to them, "Unbind him, and let him go." Many of the Jews therefore, who had come with Mary and had seen what Jesus did, believed in him.



Pumed wythnos
y Grawys
The fifth week
of Lent

Wrth ein traed
By our feet



Edrychwr ar eich corff. Caiff y corff cnawdol hwn, mewn cyflwr ysbrydol, ei briod le yn yr uchelfannau. Mae'r cnawd hwn, y stwff hwn, y byd hwn, yn bwysig. Duw yw'r "tu hwnt", ond y "tu hwnt" yng nghanol bywyd. Bychander bregus y baban liw nos. Y plant bach sy'n dod ato ef. Yr hedyn mwstard. Y briwsion o'r bwrdd. Dagrau Pedr. Mae'r holl bethau bach, bydol hyn yn foddion gras amhrisiadwy. Ac felly rydyn ni'n poeni, yn gofalu, am y cnawd hwn, y stwff hwn, y byd hwn. Er cyn lleied ein ffydd ar chyn fyrred yr haf, rhannwn dangnafedd â'r rhai sy'n gyfeillion ar y daith. Er cyn lleied ein ffydd a chyn fyrred yr haf, awn ati i garu, ac awn ar frys fod yn garedig. Moddion gras yn ein dwylo rŵan hyn; hyd nes y daw corff ein dynoliaeth yn gorff ysblander Crist.

Look at your body. This fleshly body, in a spiritual state, will have its lot in glory. This flesh, this stuff, this world, matters. God is the "beyond", but the "beyond" in the midst of life. The wrinkled smallness of a baby glimpsed in the halflight. The little children who come to him. The mustard seed. The crumbs from the table. Peter's tears. All these small, worldly things are means of inexpressible grace. And so we care about this flesh, this stuff, this world. We, with our little faith and our short lives, gladden the hearts of those who make this worldly journey with us. We, with our little faith and our short lives, are quick to love and make haste to be kind. Such grace, here and now; until the body of our humanity is conformed to the body of Christ's splendour.

Pa beth yw dyn?

Waldo Williams

*Beth yw byw? Cael neuadd fawr
Rhwn gfyng furiau.
Beth yw adnabod? Cael un gwraidd
Dan y canghennau.*

*Beth yw credu? Gwarchod tref
Nes dyfod derbyn.
Beth yw maddau? Cael ffordd trwy'r drain
At ochr hen elyn.*

*Beth yw canu? Cael o'r creu
Ei hen athrylith.
Beth yw gweithio ond gwneud cân
O'r coed a'r gwenith?*

*Beth yw trefnu teyrnas? Crefft
Sydd eto'n cropian.
A'i harfogi? Rhoi'r cyllyll
Yn llaw'r baban.*

*Beth yw bod yn genedl? Dawn
Yn nwfn y galon.
Beth yw gwladgarwch? Cadw tŷ
Mewn cwmwl tystion.*

*Beth yw'r byd i'r nerthol mawr?
Cylch yn treiglo.
Beth yw'r byd i blant y llawr?
Crud yn siglo.*

Beth yw ystyr bod yn ddynol? Mae Waldo'n dadelfennu'r cwestiwn mawr sy'n ei deitl, gan ddechrau pob pâr o linellau gyda chwestiwn miniog, plaen, difeddwel-drwg, fel rhyw blentyn chwilfrydig. Llais gwrthgyferbyniol sy'n ateb: llais doeth, henuriad, un yn gweld pethau fel y mae hi. Dyma ddoethineb sy'n deall, sy'n gallu gweld o dan y wyneb i'r dyfnaderoedd, sy'n gallu cyrraedd y galon ddynol a'i chymhellion yng nghanol prysurdeb y byd. Felly mae pob ateb, er weithiau'n gryptig, ar ffurf delwedd syml, nwyfus, wedi'i gwreiddio ym mywyd yr aelwyd neu fyd natur, neu'n weithred gartrefol, feunyddiol. Gwrandewch, da chi, ar y doethineb hwn; rhag i chi ddod yn bwerus a thybio mai chi sydd wrth y llyw, pan nad ydych mewn gwirionedd ond yn cropian, rownd a rownd mewn cylch. Gwrandewch ar y doethineb hwn, chi blant y llawr; gwewch y pethau bychain, a chanwch wrth eich gwaith, er i'r blaidd lygadu'r crud.

Erbyn hyn ystyrir Waldo Williams (1904-1971) yn un o feirdd mwyaf yr ugeinffed ganrif yng Nghymru. Roedd ei fywyd, a dreuliodd yn bennaf yn gweithio fel athro ysgol yn Sir Benfro, yn llawn galar a salwch iechyd meddwl ac wedi ei gyffroi gan ei ymrwymiadau heddychol. Mae'i farddoniaeth yn cynnwys casgliad o waith cymdeithasol-wleidyddol nerthol, ynghyd â cherddi proffwydol, pwysig, llawn gweledigaeth.

*Bardd, dramodydd, nofelydd a golygydd yw Menna Elfyn, cyfeithydd y gerdd. Hi oedd Bardd Plant Cenedlaethol Cymru yn 2002, fe'i phenodwyd yn Llywydd PEN Cymru yn 2014, ac mae'n gyd olygydd **The Bloodaxe Book of Modern Welsh Poetry**. Mae'n byw yng Nghaerfyrddin.*

*Waldo Williams, **Dail Pren** (Gwasg Gomer, 1957)
Hawlfraint Eluned Richards ar ran ystad Waldo Williams | Copyright Eluned Richards on behalf of the Waldo Williams estate
Trwy ganiatâd caredig Gwasg Gomer | By kind permission of Gomer Press*

To live

Waldo Williams; translated by Menna Elfyn

*What is living? Owning
A great hall within a cell.
And what is knowing? The root
Which trusts the branches well.*

*What is it to believe? Giving solace
Until deliverance arrives.
And to forgive? On fours through thorns
To the enemy's side*

*What is it to sing? Catching breath
From the gift of creation.
What's work but humming a song
From trees and wheat's collection?*

*What are affairs of state? A craft
That's still just crawling?
And armaments? A knife
Wrapped in a baby's fist for thrusting.*

*Being a nation? What can it be? A gift,
The heart's well of blessedness.
Loving a country? Keeping house
In a cloud of witnesses.*

*What's the world to the all powerful?
A circle spinning.
And to the children of the earth?
A cradle rocking.*

What is it to live? Waldo breaks down the big question in his title, beginning each pair of lines with a question that is sharp and simple, direct and down-to-earth, insistent, almost naïve, almost like an inquisitive child. The answers, by contrast, come from the voice of wisdom, an elder, one who knows the ways of world. Here is wisdom that understands, that can see beyond the surface of things into the depths, that can get to the human heart and its motivations amid the busy-ness of the world. And, so, the answers to even the profoundest questions, though they appear cryptic, are simple, vivid images, drawn from the home or from nature, or from the simplest human acts. Listen to this wisdom; or you may become powerful and think you're in charge when you're only crawling, round and round in a circle. Listen to this wisdom, you children of the earth; sing, keep house, though the cradle may only hang by a thread.

Waldo Williams (1904-1971) is by now regarded as one of the greatest twentieth-century Welsh poets. He life, spent mostly in Pembrokeshire and working as a schoolteacher, was marked by grief and mental ill-health, and animated by his pacifist commitments. His poetic output includes a powerful body of socio-political work, alongside important prophetic and visionary verse.

*Menna Elfyn is poet, playwright, novelist and editor. She was Wales's National Children's Laureate in 2002, was made President of Wales PEN Cymru in 2014, and co-edited **The Bloodaxe Book of Modern Welsh Poetry**. She lives in Carmarthen.*

*Menna Elfyn, **Murmur** (Bloodaxe Books, 2012)
www.bloodaxebooks.com
Hawlfraint | Copyright Menna Elfyn*

Mathew 21:1-11

*Y darlleniad o'r Efengyl yn ystod
Litwrgi'r Palmwydd ar Sul y Blodau*

Pan ddaethant yn agos i Jerwsalem a chyrraedd Bethffage a Mynydd yr Olewydd, yna anfonodd Iesu ddau ddisgybl gan ddweud wrthynt, "Ewch i'r pentref sydd gyferbyn â chwi, ac yn syth fe gewch asen wedi ei rhwymo, ac ebol gyda hi. Gollyngwch hwy a dewch â hwy ataf. Ac os dywed rhywun rywbedd wrthych, dywedwch, 'Y mae ar y Meistr eu hangen'; a bydd yn eu rhoi ar unwaith." Digwyddodd hyn fel y cyflawnid y gair a lefarwyd trwy'r proffwyd: "Dyweddwch wrth ferch Seion, 'Wele dy frenin yn dod atat, yn ostyngedig ac yn marchogaeth ar asyn, ac ar ebol, llwdn anifail gwaith.'"

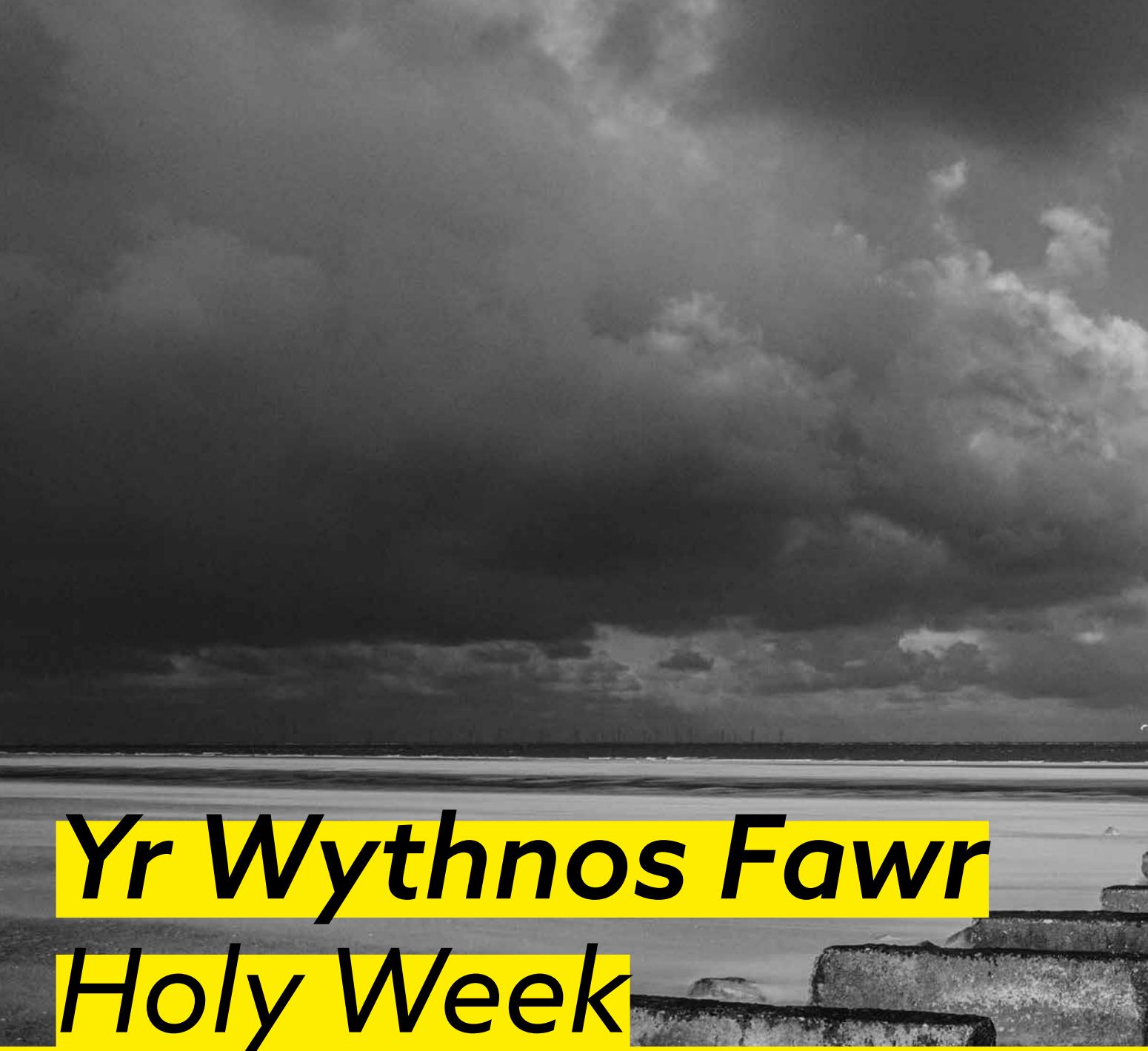
Aeth y disgylion a gwneud fel y gorchmynnodd Iesu iddynt; daethant â'r asen a'r ebol ato, a rhoesant eu mentyll ar eu cefn, ac eisteddodd Iesu arnynt. Taenodd tyrfa fawr iawn eu mentyll ar y ffordd, ac yr oedd eraill yn torri canghennau o'r coed ac yn eu taenu ar y ffordd. Ac yr oedd y tyrfaoedd ar y blaen iddo a'r rhai o'r tu ôl yn gweiddi: "Hosanna i Fab Dafydd! Bendigedig yw'r un sy'n dod yn enw'r Arglwydd. Hosanna yn y goruchaf!" Pan ddaeth ef i mewn i Jerwsalem cynhyrfwyd y ddinas drwyddi. Yr oedd pobl yn gofyn, "Pwy yw hwn?", a'r tyrfaoedd yn ateb, "Y proffwyd Iesu yw hwn, o Nasareth yng Ngalilea."

Matthew 21:1-11

*The Gospel reading during the Liturgy
of the Palms on Palm Sunday*

When they had come near Jerusalem and had reached Bethphage, at the Mount of Olives, Jesus sent two disciples, saying to them, "Go into the village ahead of you, and immediately you will find a donkey tied, and a colt with her; untie them and bring them to me. If anyone says anything to you, just say this, 'The Lord needs them.' And he will send them immediately." This took place to fulfil what had been spoken through the prophet, saying, "Tell the daughter of Zion, 'Look, your king is coming to you, humble, and mounted on a donkey, and on a colt, the foal of a donkey.'"

The disciples went and did as Jesus had directed them; they brought the donkey and the colt, and put their cloaks on them, and he sat on them. A very large crowd spread their cloaks on the road, and others cut branches from the trees and spread them on the road. The crowds that went ahead of him and that followed were shouting, "Hosanna to the Son of David! Blessed is the one who comes in the name of the Lord! Hosanna in the highest heaven!" When he entered Jerusalem, the whole city was in turmoil, asking, "Who is this?" The crowds were saying, "This is the prophet Jesus from Nazareth in Galilee."



Yr Wythnos Fawr

Holy Week

Tragwyddoldeb
And finally in eternity



Ni fydd dim oconom ar ôl. Bydd pethau heb eu gorffen, methiannau heb eu gwaredu, euogrwydd heb ei drechu'n llwyr gan y maddeuant sy'n ceisio'n rhyddhau. Ond daw holl harddwch a braw ein bywydau i ben un dydd, ac ni fydd yr un dim wedyn i'n swyno a'n poeni. Yng ngoleuni tragwyddoldeb, yn ehangder cosmig hanes a chreadigaeth, bydd fel pe na baem erioed wedi bodoli. Ie, un dydd, ni fydd dim oconom ar ôl. Ac eto, byddwn yn fyw yng Nghrist. Mae'r bywyd ynom ni'n werthfawr, mae ei ffynnon yn ddofn; mae ei rym yn ymestyn ohonf i atoch chi, ac oconom ni i'r cread cyfan. Nid yw'n marw, y Crist hwn a'i fywyd o'n mewn, ddyfnader Duw ynom ni. Ac felly fe safwn yn y cyfnos, gan wybod ar y naill law pa mor ddibwys ydyn ni, ac ar y ddeheulaw bod Crist yn byw ynom ni a ninnau ynddo ef am byth. Ac felly fel gerddwn, trwy fywyd ac thrwy farwolaeth, tuag at y bore a'i haul gwelw. I ba le yw awn? O unman i rywle. Pa mor faith fydd y daith? O hyn tan y bydd.

There will be nothing of us. There will be things left undone, failures unredeemed, guilt still mixed with the forgiveness that might have made us whole. But all the beauty and the terror of our lives will stop one day, and cease to delight and worry us. In the light of eternity, in the cosmic vastness of history and creation, it will be as though we never existed. Yes, one day, there will be nothing of us. But we will live in Christ. The life in us is precious, it runs deep; its power stretches from me to you, from us to the whole of creation. It does not die, this life of Christ, this depth of God in us. And so we stand in the twilight, stuck inbetween knowing how insignificant we are, and knowing that Christ lives in us and us in him forever. And so we walk, in life and in death, towards the morning and its pale sunlight. Where are we going? From nowhere to somewhere. How long will it take us? From now until then.

Sêr

Siôn Aled

Tyrd,
edrych tua'r sêr,
edrych i berfedd amser.

*Synhwyra'r goleuni
a deithiodd drwy nos
y filiwn, miliwn milltir
â'i neges, pe gallet fyth ei darllen,
am ddeffro a diffodd cenedlaethau o fydoedd,
blaguro bywyd
a'i chwalu yn ei anterth.*

A tybed,
pe bai gennyt glustiau a allai glywed,
y deuai i ti, fymryn, fymryn uwchlawn distawrwydd,
adlais pasiantau cenhedloedd balch eu gormes
a gwingo ieithoedd dirifedi
dan ryw ddwyfol drefn yn darfod.
A phe bai dy groen yn ddigon tyner
fe deimlit, dipyn bach, bach uwchlawn'r oerfel absoliwt,
belydrau serch a gwreichion dicter
bodau dienw'n trïo byw
ac anghofio am farw.

Ac yno,
gallai fod rhywun, rhywbeth, rywle
wedi dysgu darllen ein hanes ni
ar femrwn y gwacter,
a chofnodi'r cogau'n Abercuawg
a'r deri'n ymdaro,
dadwrdd merched Beca
neu'r daran cyn rhyw wawr yn Abergale.

A bydd tyst, rywle tu hwnt i'r duwch,
oes oesoedd wedi'r digwydd,
i chwyddo'n haul i lyncu'n daear
a'n holl fod
yn atgof yng nghrombil tragwyddoldeb.

Mae'r bardd yn ein gwahodd i sefyll a syllu i berfedd y gofod, a gweld yno olau sêr pell. Dyma oleuni sydd wedi teithio pelteroedd maith, a'r hyn a welwn ni yn nawr yw gweledigaeth o rywbed a ddigwyddodd ers talwm - wrth inni sefyll a syllu i berfedd y gofod, cawn drem yn ôl i'r gorffennol, a golwg ar hanes y bydysawd. Wedi'i lethu gan yr helaethrwydd cosmig hwn - y miloedd o flynyddoedd, y miliynau o sêr, y biliynau o filltiroedd - mae'r bardd yn myfyrio ar lanw a thrai hanes, ar gynnydd a chwypm cenhedloedd a diwylliannau, a chynnydd a chwypm calonau dynol hefyd. A thybed os y bydd eraill, ar ryw blaned bell, yn ei galaeth ei hun, yn syllu i'r gofod, ac yn gweld golau ein haul ni; ac yn gweld ein llanw a'n trai ninnau, hefyd? Mor werthfawr a gwiw a gwir yw pob eiliad fer, pob bywyd dynol; ac eto pa mor anferth yw perfeddion y bydysawd a threigl ei hanes; a pha mor ofnadwy ac anhygoel yw'r goleuni hwnnw sy'n bygwth gwawrio ar orwel tragwyddoldeb.

Cafodd Siôn Aled ei eni ym Mangor a'i fagu ym Mhorthaethwy. Enillodd Goron Eisteddfod Genedlaethol Cymru Maldwyn a'i Chyffiniau 1981 am bryddest ar y teitl Wynebau. Mae'n fardd ac yn gyfieithydd nodedig, ac yn byw bellach yn Wrecsam.

*Siôn Aled, Meirioli (Gwasg Carreg Gwalch, 2018)
Hawlfraint | Copyright Siôn Aled a / and Gwasg Carreg Gwalch*

Stars

Siôn Aled; translated by the author

Come,
look towards the stars,
look into the depths of time.

Sense the light
that travelled through the night
a million million miles long
with its message, if ever you could read it,
of the dawn and death of generations of worlds,
lives birthed, and plundered in their prime.

And maybe,
if you had ears that could hear,
there would come to you,
unmeasurably close to silence,
the echoes of imperial pageants
and the desperate gasps of cultures beyond counting
condemned by some divine right to die.

And if your skin were tuned to sense it
you might feel, a smidgeon short of absolute zero,
the rays of love and sparks of anger
of beings striving to live
forgetful of death.

And there may be
someone, something, somewhere
who has learned to read our story
on the parchment of the void,
and heard the cuckoos of our Mabinogi,
the clash of December oaks,
the howl of Rebecca's hordes
and thunder before dawn in Abergel.

And there will be a witness, somewhere beyond the blackness,
beyond the aeons of light's journey,
to the swelling of our sun to swallow our Earth
and all our being
but a memory in the vault of eternity.

The poet invites us to stand and stare into space, and to see there the light of far-away stars. Their light has travelled vast distances, and we see now a vision of something that happened long ago – as we stand and stare into space, we look back in time, into the universe's history. Overwhelmed by this cosmic vastness – the thousands of years, the millions of stars, the billions of miles – the poet reflects on the tides of history, the rise and fall of nations and cultures, and the rise and fall of human hearts, too. And what if, on some distant planet, in its own galaxy, some others stand, staring into space, and see the light of our sun; and see our rise and fall, too? How real and precious and true is each tiny moment, each human life; and yet how vast the universe in which we live and pass away; and how dreadful and awesome is the light of the eternity that perceives us.

Siôn Aled was born in Bangor and brought up in Menai Bridge. He won the Crown at the 1981 National Eisteddfod of Wales in Montgomeryshire for his long poem in free metre entitled "Wynebau" (Faces). He is a noted poet and translator, and now lives in Wrexham.

*Cyfeithwyd ar gyfer Mi a droaf yn awr
Translated for Turning aside
Hawlfraint | Copyright Siôn Aled*

Iowan 20:11-18

Rhan o'r darlleniad o'r Efengyl ar Ddydd y Pasg

Yr oedd Mair yn dal i sefyll y tu allan i'r bedd, yn wylo. Wrth iddi wylo felly, plygodd i edrych i mewn i'r bedd, a gwelodd ddaau angel mewn dillad gwyn yn eistedd lle'r oedd corff lesu wedi bod yn gorwedd, un wrth y pen a'r llall wrth y traed. Ac meddai'r rhain wrthi, "Wraig, pam yr wyt ti'n wylo?" Atebodd hwy, "Y maent wedi cymryd fy Arglwydd i ffwrdd, ac ni wn i lle y maent wedi ei roi i orwedd." Wedi iddi ddweud hyn, troes yn ei hôl, a gwelodd lesu'n sefyll yno, ond heb sylweddoli mai lesu ydoedd. "Wraig," meddai lesu wrthi, "pam yr wyt ti'n wylo? Pwy yr wyt yn ei geisio?" Gan feddwl mai'r garddwr ydoedd, dywedodd hithau wrtho, "Os mai ti, syr, a'i cymerodd ef, dywed wrthyf lle y rhoddaist ef i orwedd, ac fe'i cymeraf fi ef i'm gofal." Meddai lesu wrthi, "Mair." Troes hithau, ac meddai wrtho yn iaith yr Iddewon, "Rabbwni" (hynny yw, Athro). Meddai lesu wrthi, "Paid â glynw wrthyf, oherwydd nid wyl eto wedi esgyn at y Tad. Ond dos at fy mrodyr, a dywed wrthynt, 'Yr wyf yn esgyn at fy Nhad i a'ch Tad chwi, fy Nuw i a'ch Duw chwi.'" Ac aeth Mair Magdalen i gyhoeddi'r newydd i'r disgyblion. "Yr wyf wedi gweld yr Arglwydd," meddai, ac eglurodd ei fod wedi dweud y geiriau hyn wrthi.

John 20:11-18

*Part of the Gospel reading
on Easter Day*

Mary stood weeping outside the tomb. As she wept, she bent over to look into the tomb; and she saw two angels in white, sitting where the body of Jesus had been lying, one at the head and the other at the feet. They said to her, "Woman, why are you weeping?" She said to them, "They have taken away my Lord, and I do not know where they have laid him." When she had said this, she turned round and saw Jesus standing there, but she did not know that it was Jesus. Jesus said to her, "Woman, why are you weeping? For whom are you looking?" Supposing him to be the gardener, she said to him, "Sir, if you have carried him away, tell me where you have laid him, and I will take him away." Jesus said to her, "Mary!" She turned and said to him in Hebrew, "Rabbouni!" (which means Teacher). Jesus said to her, "Do not hold on to me, because I have not yet ascended to the Father. But go to my brothers and say to them, '*I am ascending to my Father and your Father, to my God and your God.*'" Mary Magdalene went and announced to the disciples, "I have seen the Lord"; and she told them that he had said these things to her.



Wythnos y Pasg **Easter Week**

Bywyd
Life does not die



Yng ngwrychoedd y gwanwyn ac yng nghân y fronfraith, yn yr âwyn newydd-anedig ac yng ngolau cynta'r wawr, atgyfoda Crist. Ar doriad dydd yn Ngethsemane, dros swper ar ffordd Emmaus, ar gopa mynydd y Dyrchfael, atgyfoda Crist. Yn y bara a'r gwin ar fwrdd yr allor, ym mhob Cymun Bendigaid, atgyfoda Crist. Wrth inni ymgynnnull, wrth inni weddîo, yn ein caru, atgyfoda Crist. Yn y lleiaf, yn yr olaf, yn y colledig, atgyfoda. Atgyfoda bywyd yn wir.

In spring's hedgerows and the song of the thrush, in the new-born lambs and the dawn's early light, Christ is risen. At daybreak in Gethsemane, over supper on the Emmaus road, high on Ascension's mount, Christ is risen. In broken bread and wine outpoured, at each Holy Eucharist, Christ is risen. When we are gathered, as we pray, by our loving, Christ is risen. In the least, in the last, in the lost, Christ is risen. Life rises indeed.

Hyn sy'n fawl

Euros Bowen

*Clywais droeau yn fy nydd ar fore a nawn
alwad y ceiliog bronfraith
ar frigyn ucha'r pren,
trebl y nant yn unigedd
ceulannau'r waun a'r wern,
baban yn chwerthin parod
wrth gael ei draed ar y sarn
a thrwst digrifwch plant
hyd weirgloddiau'r llan:
A chyda chilio'r wennol
draw i ddeau wlad,
ar ôl y nythu dyfal,
gwelais ddadfail haf
fel mesen yn treiglo'n euraid
i gyngod derw'r tir,
neu wên yr ymadawedig
cyn ei roi i'r pridd. -
Bywyd nid ydyw'n marw. Hyn sy'n fawl.*

Adar sy'n agor y ddwy ran o gerdd Euros Bowen. Mae cân y fronfraith yn gefndir i'r naw llinell agoriadol, sy'n byrlymu â bywyd y gwanwyn a'r haf - mae popeth yn symud ac yn gwneud sŵn - y fronfraith yn uchel ei chloch, y nant yn byrlymu, y plentyn yn chwerthin a'n tyfu, y gemau egniol ar y ddôl. Yna mae'r wennol yn gadael, ac yn awr mae'n hydref â'n aeaf, pan fo gwaith y dydd ar ben, pan fo'r byd yn heneiddio, a'r had noeth ynghwsg yn y ddaear (1 Corinthiaid 15:37). Ond fe wyddom ni (ac nid oes angen i Bowen ddweud hynny) y daw'r gwanwyn drachefn; daw eto fywyd â'i egni a'i symud a'i sŵn; bydd y bedd eto'n wag. Dyma'n sicrwydd, dyma'n ffydd, dyma'n haddewid; hyn sy'n fawl.

*Dechreuodd Euros Bowen (1904-1988)
ysgrifennu barddoniaeth o ddifrif pan
gafodd ei gaethiwo yn Rheithordy
Llangywer gan eira mawr gaeaf 1947.
Gwasanaethodd fel Rheithor Llangywer
a Llanuwchllyn, ger y Bala, am bron iawn
y cyfan o'i weinidogaeth fel offeiriad
yn yr Eglwys yng Nghymru. Yn ogystal
â'i farndoniaeth, mae'i waith llenyddol
yn cynnwys cyfieithiadau i'r Gymraeg o
glasuron Lladin a Groeg a gwaith gan y
Symbolwyr Ffrengig.*

*Cynthia a | and Saunders Davies (gol. | ed.),
Euros Bowen: Bardd-Offeiriad | Priest-Poet
(Gwasg yr Eglwys yng Nghymru |
Church in Wales Publications, 1993)
Hawlfraint | Copyright Gwasg yr Eglwys yng
Nghymru | Church in Wales Publications*

This is praise

Euros Bowen; translated by the author

*In my day I have often heard morning and evening
the thrush's call
on the tree's high branch,
the brook trembling in the solitude
of moor-bank and marsh,
an infant's ready laughter
at his foot's first venture on the ground,
and the children's noisy fun
on the village meadow:
And when the swallow,
its diligent nesting done,
has left for the south,
I have seen summer decay
as an acorn rolls golden
into the shadow of the country's oak,
like the smile of the departed
before burial in the earth. –
Life does not die. This is praise.*

A bird begins each half of Bowen's poem. The thrush's song accompanies nine opening lines filled with the life of spring and summer – everything moves and makes a noise – the thrush up high, the trembling stream, the laughing, growing child, the games played in the meadow. Then the swallow departs, and now it is autumn and winter, when work is done, when things grow old, and the bare seed rests in the ground (1 Corinthians 15:37). But we know (and Bowen has no need to say so) that spring comes again; we know the power of life, the movement and the noise, the empty tomb. Life does not die. This knowledge, this faith, this promise, this deep reality, is praise.

Euros Bowen (1904-1988) began to write poetry in earnest when he found himself snowbound in Llangwyair Rectory in the winter of 1947. He served as Rector of Llangwyair and Llanuwchllyn, near Bala, for almost the entirety of his ministry as a Church in Wales priest. As well as his poetry, his literary output included translations into Welsh of the Latin and Greek classics and works by the French Symbolists.

Cynthia a | and Saunders Davies (gol. / ed.),
Euros Bowen: Bardd-Offeiriad |
Priest-Poet (Gwasg yr Eglwys yng Nghymru / Church in Wales Publications, 1993)
Hawlfraint | Copyright Gwasg yr Eglwys yng Nghymru | Church in Wales Publications

Colosiaid 3:1-4

*Un o'r darllediadau o'r Testament
Newydd ar Ddydd y Pasg*

Felly, os cyfodwyd chwi gyda Christ, ceisiwch y pethau sydd uchod, lle y mae Crist yn eistedd ar ddeheulaw Duw. Rhowch eich bryd ar y pethau sydd uchod, nid ar y pethau sydd ar y ddaear. Oherwydd buoch farw, ac y mae eich bywyd wedi ei guddio gyda Christ yn Nuw. Pan amlygir Crist, eich bywyd chwi, yna fe gewch chwithau eich amlygu gydag ef mewn gogoniant.

Colossians 3:1-4

*One of the New Testament readings
on Easter Day*

So if you have been raised with Christ,
seek the things that are above, where
Christ is, seated at the right hand of
God. Set your minds on things that are
above, not on things that are on earth,
for you have died, and your life
is hidden with Christ in God. When
Christ who is your life is revealed,
then you also will be revealed with
him in glory.

