**Pêl-droed: (wedi ei seilio ar Euro 2016 ond gellid ei addasu)**

Themâu: ‘Llawenydd a thristwch,’ ‘Gobaith’.

**Plant oedran uwchradd.**

***Gogwydd Cristnogol: Sut i ddelio a phrofiadau anodd bywyd.***

**Sleid 1: Y Ddraig Goch**

O’r 10fed o Fehefin, am fis cyfan, fe fydd sylw miliynau o bobl ar bencampwriaeth Euro 2016. Dyma’r tro cyntaf ers Cwpan y Byd 1958, yn Sweden, i Gymru chwarae yn rowndiau terfynol unrhyw bencampwriaeth pêl-droed rhyngwladol. Yr adeg honno fe gollon ni yn y rownd gogynderfynol yn erbyn Brasil, pan sgoriodd Pele unig gôl y gêm.

**Sleid 2: Baneri 23 gwlad**

Fe fydd 23 o wledydd eraill yn cystadlu yn ein herbyn: gwledydd mor wahanol ag Albania a Sweden, Ffrainc a’r Wcráin. Fe fydd degau o filoedd o gefnogwyr pêl-droed yn teithio o bob cwr o Ewrop er mwyn gwylio’r gemau yn Ffrainc.

**Sleid 3: Y wobr**

Yr un bwriad fydd gan bob un o’r timau sef ennill y bencampwriaeth. Mae pêl-droed yn gêm boblogaidd iawn, ac yn fusnes enfawr. Mae pêl-droed yn gallu uno pobl ar draws y byd gan eu bod yn rhannu’r un diddordeb. Mae yna sôn yn Saesneg am ‘the football family’, sef y gallu sydd gan y gêm i gyrraedd pob math o bobl, ym mron pob gwlad. Ac fel pob teulu, mae yna gyfnodau o lawenydd a chyfnodau o dristwch.

**Sleid 4: Heysel 1985 (Brwsel, Gwlad Belg)**

Ym 1985 roedd Lerpwl yn chwarae Juventus yn Stadiwm Heysel ym Mrwsel. Roedd y Stadiwm yn hen ac roedd rhai o’r waliau mewn cyflwr gwael. Bu gwrthdaro rhwng cefnogwyr y ddau dîm a tra roedd rhai’n ceisio dianc wrth ddringo dros wal fe ddymchwelodd y wal a lladd 39 o bobl ac anafu 600.

**Sleid 5:** **Stade Furiani 1992**

Roedd Bastia ac Olympic Marseilles yn chwarae yn Stade Furiani ar Ynys Corsica ym 1992 pan ddymchwelodd y fframwaith oedd yn cynnal y seti. Lladdwyd 18 o bobl ac anafwyd cannoedd.

**Sleid 6**: **Hillsborough 1989**

Ym 1989 lladdwyd 96 o bobl ac anafwyd 766 yn Hillsborough, pan oedd Lerpwl i fod i chwarae yn erbyn Nottingham Forest yn rownd gynderfynol cwpan yr F.A. Mae’r drasiedi dal i’w gweld yn y newyddion hyd heddiw oherwydd yr holl gelwydd a ddywedwyd i geisio cuddio’r gwirionedd. Ar ôl 27 o flynyddoedd mae’r teuluoedd yn teimlo eu bod nhw o’r diwedd yn cael gwrandawiad teg.

**Sleid 7: Paris 2015**

Pan ymosodwyd ar Baris gan derfysgwyr ym Mis Tachwedd 2015 roedd stadiwm Stade de France yn un o’r targedau – roedd tîm pêl-droed Ffrainc yno’n chwarae yn erbyn tîm yr Almaen. Yn ffodus methiant fu ymgais 3 hunan-fomiwr i gael mynediad i’r stadiwm. Ond, yn ystod y noson honno fe laddwyd 130 o bobl ym Mharis ac anafwyd cannoedd. Yn fuan iawn wedi’r ymosodiadau roedd pobl ar draws y byd yn rhannu negeseuon o gefnogaeth â dinasyddion Paris ac roedd miloedd o bobl yn gweddïo am heddwch.

**Sleid 8: Bywyd = llawenydd a thristwch**

Er ein bod ni wedi cychwyn drwy sôn am bêl-droed rydyn ni wedi ehangu ein gorwelion. Dim ond gêm ydy pêl-droed yn y pendraw – ond mae’n gêm sy’n dylanwadu’n gryf ar filiynau o bobl; yn gêm sy’n achosi llawenydd i lawer, ac yn gêm sy’ wedi profi trasiedïau a thristwch hefyd.

**Sleid 9:** **Adnodau o’r Beibl**

Er bod nifer cynyddol o bobl yn dweud nad ydyn nhw’n credu mewn unrhyw Dduw pan mae trasiedïau’n digwydd mae pobl yn aml yn chwilio am esboniad ac am gysur. Yr adeg hynny mae pobl yn troi at weddi - fel gwelon ni yn yr apêl, ‘Pray for Paris’.

Mae Cristnogion yn credu fod yna werth mewn gweddi. Mae yna anogaeth yn y Beibl i Gristnogion i ‘*Ddal ati i weddïo***’.**

Mae’r Beibl yn glir bod tristwch a marwolaeth yn rhan o fywyd, yn union fel llawenydd a hapusrwydd. Yn naturiol mae’n anoddach o lawer i ddygymod/ i ddod i delerau â thristwch. Pan mae Cristnogion yn wynebu sefyllfaoedd anodd iawn fel marwolaeth maen nhw’n gallu trystio’r hyn sy’n cael ei ddweud yn y Beibl am y nefoedd:

*Bydd yn sychu pob deigryn o'u llygaid nhw. Fydd dim marwolaeth o hyn ymlaen, dim galaru, dim wylo, dim poen.*

Mi fyddwn i gyd yn profi cyfnodau o hapusrwydd yn ein bywydau. Yn sicr fe fyddwn yn cael blynyddoedd llawn hwyl a heb fawr o ofid na chyfrifoldeb, Ond, does dim osgoi cyfnodau anodd - mae pawb yn profi cyfnodau tywyll iawn. Felly’r cwestiwn sy’n codi ydy sut ydyn ni’n mynd i ddelio/ymdopi â’r profiadau anodd pan fyddan nhw’n cyrraedd?

**Sleid 10: Llawenydd a thristwch**

**Gweddïwn:** Ein Tad, Rydyn ni i gyd yn gwybod fod bywyd yn llawn o ‘ups and downs’. Mae rhai ohonon ni’n gweld bywyd yn anoddach nag eraill. O’r tu allan mae’n edrych fel petai gan rai pobl ddim gofidiau o gwbl. Ond dydyn ni ddim yn gallu gweld be sy’n mynd ymlaen ym meddyliau a chalonnau unigolion eraill. Rydyn ni’n diolch am eiriau’r Beibl sy’n llawn doethineb. Rydyn ni’n diolch ein bod ni’n cael ein rhagrybuddio fod bywyd yn gallu bod yn anodd – ac y bydd cyfnodau o wylo a dagrau. Ond eto rydyn ni’n ddiolchgar am yr hapusrwydd a’r llawenydd sy’n ein bywydau hefyd. Diolch ein bod ni’n dal i fyw mewn gwlad Gristnogol a’n bod ni’n rhydd i ddarllen y Beibl a gweddïo. Helpa ni i weddïo dros eraill ac i gefnogi ein gilydd pan ddaw’r amseroedd anodd. Amen.