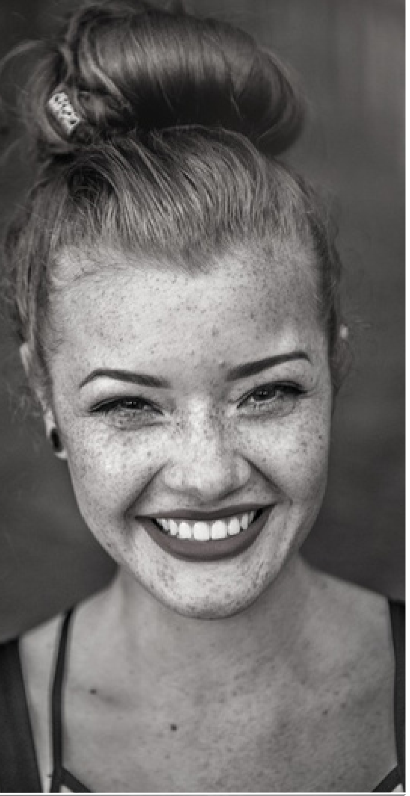
PAWB YM MHOB MAN

Cymunedau ar y Daith Gyda'n Gilydd

www.dignityonline.org.uk

DIGNITY



Dychmygwch...

Dychmygwch gymuned Gristnogol ym mhob pentref, tref, gweithle neu grŵp o bobl, gyda phobl gyffredin yn dod at ei gilydd i ymuno â chenhadaeth Duw.

Be fydden ni'n gweld Duw'n neud? Pwy fyddai'n dod i nabod Iesu? Sut fyddai cymunedau'n newid?

Wrth i'r efengyl symud y tu allan i furiau'r eglwys, mae pobl na fydden byth yn dod i'r eglwys yn clywed newyddion da Iesu, yn archwilio ffydd ac yn magu perthnasoedd sy'n newid bywydau.

Wrth weithio gyda'i gilydd ac efo Duw, mae pobl yn curo caledi ac yn gwneud lles i'w grŵp, y bobl o'u cwmpas, a chymunedau cyfan. Mae pobl gyffredin yn byw bywydau gwych ac yn gweld gwyrthiau bob dydd.

Mae Duw'n gallu gweithio trwy'r rhai sydd yn yr eglwys, y rhai sydd tu allan i'r eglwys, a hyd yn oed y rhai sydd ddim yn ei nabod e eto i wneud hyn.

Mae Duw'n gallu gweithio trwy'r bobl sydd yn yr eglwys, tu allan i'r eglwys, a hyd yn oed trwy'r rhai sydd ddim yn ei nabod e eto i wneud hyn.

Dyma beth mae aelodau Grŵp Bywyd yn ei ddweud:

"Ers bod mewn Grŵp Bywyd, dwi wedi gwneud ffrindiau go iawn."

"Cyn i fi fod mewn Grŵp Bywyd, ro'n i'n arfer dweud celwydd yn aml. Nawr dwi'n dweud y gwir."

"Mae lot wedi newid ynof i ers i mi ymuno â Grŵp Bywyd. Dw i'n teimlo'n rhydd, achos mae llawer o bethau do'n i byth yn eu deall o'r blaen, dw i'n eu deall nawr!"

"Dwi'n teimlo llawenydd sydd ddim wedi bod gyda fi o'r blaen.".

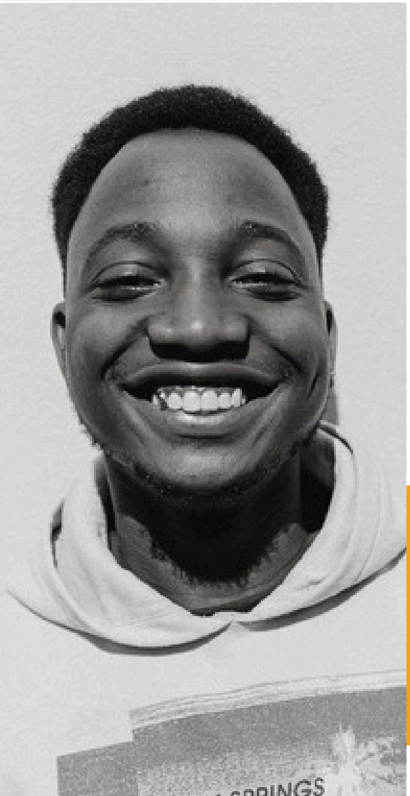
Keith a Alison, Gogledd Cymru

Dechreuodd Keith a Alison Grŵp Bywyd ar-lein yn 2020, ar ôl sylwi bod angen lle i bobl yn eu pentref allu dod at ei gilydd i archwilio ffydd. Ddwy flynedd wedyn, ac yn cwrdd wyneb yn wyneb erbyn hyn, mae'r grŵp wedi croesawu pobl o wahanol eglwysi, wedi gweld rhai'n dod i adnabod Iesu, wedi cefnogi pobl ifanc i ddechrau cyfarfodydd eu hunain i rannu ffydd gyda'u ffrindiau, wedi dechrau grŵp crefft i bobl sydd ar ymylon y gymuned, ac wedi helpu 'gwraig sydd wedi symud i ffwrdd feddwl am ddechrau Grŵp Bywyd yn ei phentref newydd. Maen nhw'n bwriadu dechrau grŵp arall yn fuan.

Annog Derw Cyfiawnder I Gamu Mlaen

Bymtheg mlynedd yn ôl, siaradodd Duw â Jon a Jude, sylfaenwyr Dignity, am ddod o hyd i bobl mewn llefydd anghysbell yn Zambia a'u helpu i ddod â gobaith a newid i'w cymunedau. Roedd Jon yn teimlo bod Duw wedi gosod 'derw cyfiawnder' (Eseia 61) ym mhob pentref – pobl oedd eisiau rhannu Iesu a chael effaith ar eu cymuned, i fod yn 'blanhigfa i'r Arglwydd, i ddangos ei ogoniant.' O hynny, cafodd Grwpiau Bywyd eu dechrau fel ffordd o annog y bobl yma a rhoi offer syml iddyn nhw i gyflwyno pobl eraill i Iesu, caru eu pentref, uno'r eglwys a gweithio gyda'i gilydd i fynd i'r afael ag anfantais mewn pob math o ffyrdd.

Ers hynny, mae dros 1,000 o Grwpiau Bywyd wedi dechrau mewn 6 gwlad, gyda miloedd o bobl bob dydd wedi cael eu grymuso i fod yn rhan o genhadaeth Duw



Mae Grwpiau Bywyd yn helpu pobl Dduw i ymateb i anghenion arbennig eu cymunedau. Maen nhw wedi gofalu am bobl hŷn, rhoi pwrpas i bobl ifanc, helpu'r tlotaf, croesawu'r rhai mae pawb arall yn eu hanwybyddu, cefnogi pobl sydd â HIV, lleihau troseddu, trwsio toeau, ffyrdd a phontydd – ac wedi helpu llawer i ddod i adnabod Iesu.

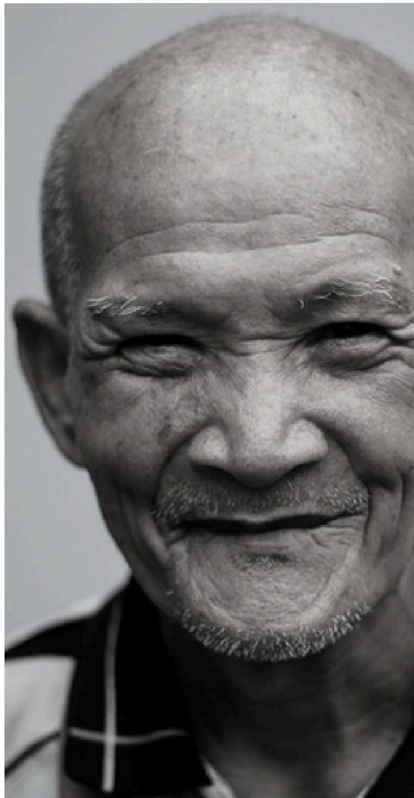
> **"Mae Grwpiau Bywyd fel cymunedau llawn gras, croeso, cysur, lle diogei, iacháu ac undod."**
>
> ***Victor, Uganda***

Be' ydy Grŵp Bywyd?

Yn syml, mae Grŵp Bywyd yn griw o bobl sy'n byw allan eu ffydd gyda'i gilydd. Mae Grŵp Bywyd yn agor ei ddrysau i bobl sy'n dilyn Iesu a'r rhai nad ydyn nhw (eto!) i gyfarfod bob wythnos yn nhŷ rhywun neu rywle yn y gymuned. Maen nhw'n gweddïo, darllen y Beibl, rhannu neges Iesu, caru'u cymdogion ac yn gweithio law yn llaw i ddelio gyda'r heriau lleol. Mae pob grŵp yn edrych yn wahanol, gan ddibynnu ar bwy sy'n rhan ohono. Mae Grwpiau Bywyd yn dwyn pobl o wahanol eglwysi at ei gilydd i gryfhau'r eglwys leol ac i uno'r eglwys ehangach yn yr ardal – gan greu tystiolaeth o gariad Duw a dod â newid go iawn i'r lle. Mewn llefydd heb eglwys, gall Grŵp Bywyd weithredu fel eglwys. Mae'r syniad yn syml ac yn hawdd i'w ailadrodd mewn unrhyw le.

Mae Grwpiau Bywyd yn rhoi lle i bobl feddwl a darganfod, **"Be' mae Duw eisiau i fi ei wneud – a be' dw i'n mynd i wneud amdano?"**

Rydyn ni'n credu bod y ffordd rydych chi'n nabod eich ardal a'r perthnasoedd sydd gennych chi, ynghyd â chefnogaeth a phrofiad Dignity, yn gallu sbarduno mudiad pwerus o bobl sy'n gwneud gwahaniaeth.



Sut mae dechrau Grŵp Bywyd yn eich ardal chi?

1. **Gweddïwch:** Gweddïwch dros eich ardal leol, y Cristnogion sy'n byw yno, a'r rhai sydd ddim yn nabod Iesu eto. Gofynnwch i Dduw beth mae e eisiau gwneud.

2. **Sylwi:** Edrychwch am rai sy'n barod yn weithgar yn eu cymuned, yn frwdfrydig dros helpu pobl i ddod i nabod Iesu ac yn trio delio â phroblemau lleol. Falle mai chi yw un ohonyn nhw!

3. **Dod at ei gilydd:** Dewch â'r bobl yma at ei gilydd i feddwl a gweddïo am sut allai pethau edrych petai nhw'n gweithio efo'i gilydd i ddechrau Grŵp Bywyd. Ewch trwy Un Cam gyda'ch gilydd.

Mae Grwpiau Bywyd yn golygu

4. **Cefnogaeth:** Gofynnwch i'r eglwys leol, Grwpiau Bywyd eraill neu Dignity am gymorth a chefnogaeth wrth i'r Grwpiau Bywyd gychwyn. Ceisiwch rywun sy'n gallu cwrdd â'r bobl sy'n arwain bob 4-6 wythnos i sgwrsio a gweddïo gyda'i gilydd.

5. **Clwstwr:** Wrth i fwy o Grwpiau Bywyd gychwyn, anogwch yr arweinwyr i gwrdd bob mis i gefnogi ei gilydd, gweddïo a chael eu calonogi.

6. **Lluosi:** Wrth i grwpiau dyfu, gallan nhw edrych am rywun sy'n gallu cychwyn Grŵp Bywyd arall – mae'r syniadau'n syml ac yn hawdd eu copïo. Efallai bod rhywun yn y grŵp, neu ffrind mewn cymuned arall, mae Duw yn ei baratoi i gychwyn grŵp newydd... helpwch nhw i ddechrau gweddïo...

Mae'r cylch yn dechrau eto

Help llaw

Bydd **Un Cam** yn helpu grwpiau i ddeall sut allan nhw fod yn rhan o beth mae Duw yn ei wneud, a byw'n genhadon ble bynnag maen nhw! Mewn 6 sesiwn hwyliog ac ymarferol – gyda fideos a llyfr bach i'w helpu – byddan nhw'n dysgu sut i gychwyn ac arwain Grŵp Bywyd gyda'i gilydd.

Mae **Sylfeini** yn helpu pobl i adeiladu dealltwriaeth gref o'r ffydd Gristnogol – rhywbeth hollbwysig i bob Grŵp Bywyd. Mae'n gwrs astudio grŵp sy'n helpu pobl i dyfu yn eu perthynas â Duw ac yn eu hannog i wasanaethu'r gymuned o'u cwmpas. Mae Sylfeini'n set o 4 llyfr, pob un gyda 13 o sesiynau grŵp hwyliog ac ymarferol.

dignityonline.org.uk/publications

Beth sy'n gwneud Grwpiau Bywyd yn wahanol?

Mae grwpiau eglwys canol wythnos fel arfer yn canolbwyntio ar dyfu'n bersonol, dysgu a gofalu am ei gilydd. Fel arfer, mae'r eglwys yn eu trefnu ac mae'r tim arweinwyr yn eu datblygu nhw. Mae pobl yn dod o bob man, weithiau o bell. Y nod yw helpu pobl i dyfu yn eu ffydd a bod yn rhan o gymuned.

Mae Grwpiau Bywyd yn troi o gwmpas cymuned, dilyn Iesu a charu pobl, gyda ffocws cryf ar estyn allan. Mae'r bobl sydd yn y grŵp yn berchen arno ac yn penderfynu gyda'i gilydd pa ffordd i fynd. Mae Grwpiau Bywyd yn ffordd i bobl leol ddod at ei gilydd i fyw bywyd, dilyn Iesu ac estyn allan at eraill gyda'i gilydd. Y nod yw dod â phobl at Iesu, mynd i'r afael â phroblemau lleol ac helpu eraill i ddechrau eu grŵp eu hunain.

"Roedden ni'n synnu pa mor hawdd oedd hi i wahodd pobl. Roedden ni wedi bod yn cerdded i weddïo ar ein stryd. Atebodd Duw ein gweddïau a daeth â phobl atom oedd â diddordeb yn y ffydd."

Rebecca, Prydain

Pwy sy'n edrych ar ôl Grwpiau Bywyd?

Mae Grwpiau Bywyd yn atebol iddyn nhw eu hunain ac i grwpiau eraill. Mae Grŵp Bywyd yn perthyn i'r bobl sydd ynddo – nhw sy'n gwneud penderfyniadau gyda'i gilydd am beth sydd orau i'r bobl a'r lle maen nhw'n ei adnabod yn dda. Wrth i fwy o Grwpiau Bywyd ddechrau mewn ardal, maen nhw'n gallu dod at ei gilydd fel 'clwstwr' i gefnogi ei gilydd, gweddïo ac annog ei gilydd ymlaen.

Mae eglwysi lleol yn gallu cefnogi Grwpiau Bywyd hefyd – trwy weddi, cyngor a bod yn ffrindiau iddyn nhw.

Mae unrhyw un yn gallu dechrau Grŵp Bywyd

Dydy Duw ddim jest eisiau defnyddio'r arweinwyr gorau, y siaradwyr mwyaf sgleiniog, nac y lleisiau mwyaf swnllyd yn y gymuned. Gyda chariad at Iesu a chalon dros bobl – sy'n amlwg yn aml yn y ffordd rydyn ni'n byw – mae unrhyw un ohonom ni'n gallu dechrau Grŵp Bywyd. "Mae pobl gyffredin yn gwneud pethau anhygoel!"

Mark a Jennie, Florida

Wedi'ysbrydoli gan straeon Grwpiau Bywyd a'r adnoddau gan Dignity, dechreuodd Mark a Jennie Grŵp Bywyd yn eu cymuned yn Miami. Maen nhw wedi synnu at yr hyn mae Duw wedi bod yn ei wneud – yn eu cysylltu â'u cymdogion, yn dod â'r gymuned at ei gilydd ac yn agor calonnau pobl. Ychydig fisoedd ar ôl i'r grŵp ddechrau, roedd 16 o oedolion yn dod draw – cymysgedd o bobl o'r ardal a ffrindiau o eglwys Mark a Jennie. Wedi'u hysbrydoli gan beth roedden nhw'n ei weld, ac wrth i'r awydd dyfu i gyrraedd eu cymunedau eu hunain, mae'r bobl o'r eglwys wedi dechrau dau Grŵp Bywyd arall bellach.

Pawb Ym Mhob Man

Gyda'n gilydd, gallwn greu cymuned sy'n dod â phobl at Iesu ac yn helpu i drechu anhawsterau.

Dechreuon ni drwy ddychmygu cymuned Gristnogol ym mhob pentref, tref, gweithle neu grŵp o bobl, wedi'i harwain gan bobl gyffredin sy'n camu i mewn i'r hyn mae Duw'n ei wneud lle maen nhw.

Gyda Duw, gallwn ni gyd weithio gyda'n gilydd i weld ei deyrnas yn torri trwodd yn ein cymunedau – gan ddod â bywyd yn ei holl gyflawnder.

Os ydych chi'n teimlo'n gyffrous am y weledigaeth yma, gallwch...

Estyn allan i'ch cymuned

Ewch ati i ddefnyddio **Un Cam** neu plymiwch i mewn i **Daith y Pentref**.

dignityonline.org.uk/reach

Mae ein hadnoddau ni ar gael ar-lein ar sail talu'r hyn rwyt ti'n gallu. Gallwch lawrlwytho a phrintio'ch copïau eich hun neu, os yw'n well gennych, gallwch archebu copïau caled gennym ni (bydd tâl).

Julian, Gogledd Cymru

"Mae'r cwrs Un Cam gan Dignity yn sicr y cwrs gorau rydw i wedi ei wneud ar sut i gyrraedd allan i'ch cymuned leol. Mae brwdfrydedd pob un o'r arweinwyr yn amlwg iawn, ac mae'r syniad o ddysgu am eich ardal leol gyda rhai ffrindiau Cristnogol sy'n rhannu'r un egwyddorion, ymrwymo i weddïo am grŵp bach o bobl, a mynd i grwpiau disgyblaeth bach yn wirioneddol yn apelio ata i."

Paratoi eraill

Cefnogwch ffrindiau a rhannwch ein hadnoddau.

dignityonline.org.uk/equip

Boed hynny'n eich eglwys, mudiad cenhadol rydych chi'n ei adnabod neu jest ffrind, gallwch chi bartneru â Dignity i ddefnyddio'r profiad a'r dysg sydd gennym ni i gyrraedd y llefydd mae Duw wedi'u rhoi ar eich calon gyda'r bobl sydd yno. Rhannwch ein hadnoddau gyda'r bobl rydych chi'n eu hadnabod a helpwch ni i gysylltu gyda nhw. Gyda'n gilydd, gallwn ni sbarduno symudiadau o bobl mae Duw wedi'u galw i gyrraedd eu cymuned.

Helpwch Dignity

Gweddïwch dros waith Dignity a helpwch ni'n ariannol os gallwch.

dignityonline.org.uk/support

Drwy weddïo a helpu'n ariannol, byddwch chi'n cefnogi ni a phawb rydym ni'n gweithio gyda nhw i ddechrau Grwpiau Bywyd yn union lle maen nhw.

Bydd pobl yn dod i nabod Iesu yn eu cymuned ac yn gweithio gyda'i gilydd i drechu anawsterau.

Gyda'n gilydd, gallwn greu cymuned sy'n dod â phobl at Iesu ac yn helpu i drechu anhawsterau.

Estyn allan i'ch cymuned

Ewch ati i ddefnyddio Un Cam neu plymiwch i mewn i Daith y Pentref.

Paratoi eraill

Cefnogwch ffrindiau a rhannwch ein hadnoddau.

Helpwch Dignity

Gweddïwch dros waith Dignity a helpwch ni'n ariannol os gallwch.

www.dignityonline.org.uk

Sganiwch fi

Eich cyswllt lleol: