Sesiwn 3

Eu stori nhw

Nod

Erbyn diwedd y sesiwn hon, fe ddylai aelodau'r grŵp fedru:

- Ystyried ffyrdd i wella eu gallu fel gwrandawyr ar eraill.
- Deall y cyswllt rhwng clywed eraill yn adrodd eu stori a'i gysylltu â stori Duw.

Cyn y sesiwn...

Darllenwch: Story Bearer – Pennod 8

Adolygu

Rhowch gynnig i unrhyw un, yn dilyn eu gwaith cartref ac wedi ymarfer eu stori, sy'n awyddus i rannu'r hyn maen nhw wedi'i wneud gyda gweddill y grŵp.

Croeso

Cymerwch y cwis gwrando ar dudalennau 75-76 o Story Bearer fel grŵp. Ystyriwch pob cwestiwn un wrth un, gan eu trafod yn unigol, ond heb eu cymryd gormod o ddifrif. Y bwriad ydy cynnig cyfle ysgafn i hunanfyfyrio ar ein sgiliau gwrando a chyfle i chwerthin amdanon ni'n hunain. Dyma'r cwis yn llawn, er gwybodaeth:

1. Pa mor aml, wrth i rywun siarad â chi, fyddwch chi yn:

a. Torri ar draws?

b. Meddwl am yr hyn fyddwch chi'n ei wneud yn hwyrach?

c. Gadael i'ch llygaid bylu, gan syllu i'r gorwel draw?!

d. Diweddaru eich statws ar y cyfryngau cymdeithasol?

e. Dyheu am ffrindiau/cydweithwyr mwy diddorol?

f. Pendwmpian?

2. Wrth sgwrsio, ydych chi byth yn cael eich hunan yn gwneud dim ond aros am y cyfle nesaf i siarad?

3. Os ydy rhywun yn dweud rhywbeth nad ydych chi ddim cweit yn ei ddeall, a ydych chi:

a. Heb oedi, yn gofyn iddyn nhw geisio ei esbonio?

b. Yn aros iddyn nhw orffen yr hyn maen nhw'n ei ddweud ac yna gofyn am esboniad?

c. Yn peidio â dweud wrthyn nhw nad ydych wedi deall - siwr braidd nad oedd yn bwysig - fe gawsoch chi graidd y neges?

d. Yn peidio â dweud wrthyn nhw nad ydych wedi deall - roedd rhywbeth arall ar eich meddwl beth bynnag?

4. Lle mae eich ffôn pan fyddwch yn cyfarfod â rhywun?

a. Yn fy mhoced, wedi'i ddiffodd - dydw i ddim am adael iddo darfu arna i.

b. Yn fy mhoced ond wedi'i osod i ddirgrynnu - dwi'n berson poblogaidd a da ydy gwybod fod pobl yn cadw cyswllt.

c. Ar y bwrdd - mae angen imi fod yn ymwybodol o unrhyw negeseuon pwysig ac ymateb os bydd achos brys yn codi.

ch. Ar y bwrdd, yn barod i'w ddefnyddio - dim ond un o'r holl bobl yn fy myd ydy'r person gyferbyn â fi. Mae 'na rwydwaith fyd-eang gyfan ar flaenau fy mysedd sydd angen sylw hefyd.

5. Wrth ichi eistedd gyda chyfaill mewn siop goffi, ydych chi'n hoffi edrych allan er mwyn busnesa?

6. A ydy eich cwestiynau yn:

a. Agored e.e. Dwedwch wrtha i am eich diwrnod/beth sy'n cadw chi'n brysur/ pa ddiddordebau sgynnoch chi?

b. Caeëdig? e.e. Wyt ti/ydych chi'n iawn?

c. Creadigol a diddorol?

ch. Dim ond yn cael eu gofyn er mwyn ichi allu rhoi eich hateb chi i'ch cwestiwn?

Yn y sesiwn hon, rydyn ni'n archwilio'r angen i fod yn wrandawyr da wrth efengylu, i glywed stori pobl eraill, gofyn cwestiynau da a chanfod y mannau cyswllt rhwng eu stori nhw a stori Duw. Bod yn ffrind da ydy ceisio deall rhywun o ddifri, gwrando ar eu barn nhw am y byd a'i bethau a'r profiadau sydd wedi eu siapio nhw... a chymryd diddordeb go iawn ynddyn nhw.

Darllenwch...

Ioan 4: 1-29

Trafodwch

- Beth ydy'r pethau sy'n gwneud rhywun yn wrandäwr da? Pwy ydy'r bobl yn eich bywyd chi sy'n wrandawyr da? Pa nodweddion ynddyn nhw sy'n dangos hynny?
- Yn Ioan 4, mae'n Iesu'n cael cyfarfyddiad rhyfeddol gyda'r wraig hon. Beth ydy'r pethau allweddol mae'n eu gwneud sy'n creu'r cyswllt ac yn ei harwain hi at ddealltwriaeth o bwy ydy e?
- Beth ydy'r gwersi mawr o'r stori i ninnau ynglŷn â sut i rannu ein fydd â'n ffrindiau?

- Ystyriwch y straeon mae Phil yn eu hadrodd yn Story Bearer, tudalennau 80-84, sef rhai Dani, Ads, Tom a Clare, a'r mannau cyswllt rhwng eu bywydau nhw a stori Duw. Yn gyntaf, ystyriwch eich stori chi. Beth fyddai'r mannau cyswllt rhwng eich stori chi a stori Duw?
- Yn ail, meddyliwch am y ffrindiau sydd ganddoch sydd heb nabod Iesu... eto. Lle fyddai'r cysylltiadau cyfatebol rhwng eu bywydau nhw a stori Duw?

Gweithgaredd

Dyma gyfle i feddwl am ein cyfeillgarwch ag eraill. Gofynnwch i bob aelod o'r grŵp gymryd darn o bapur a rhoi eu henwau yn y canol. Tynnwch lun cylch o amgylch eich enw ac yna nifer o gylchoedd consentrig o amgylch y cylch canolog fel bod rhyw 4-5 haen a bod y dalen yn edrych yn debyg i darged. Anogwch y grŵp i feddwl am bob cyfeillgarwch sydd ganddyn nhw a pha mor ddwfn ydy pob cyfeillgarwch unigol.

Dechreuwch lenwi'r papur ag enwau'r pobl hynny - po agosaf ydy'r cyfeillgarwch, yr agosaf fydden nhw at y canol. Anogwch y grŵp i ystyried yn weddïgar lle mae Duw'n gofyn iddyn nhw ddyfnhau eu cyfeillgarwch gyda'r ffrindiau sydd ar y papur, gan farcio'r enwau hyn gyda saeth yn anelu tuag i mewn at ganol y cylchoedd. Mae'n bosib yr hoffai'r grŵp ofyn i Dduw lle mae'r mannau cyswllt hynny gydag unigolion sydd heb ddod i'w nabod eto a gellir ychwanegu'r rhain at y papur.

Ar ddiwedd y gweithgaredd, gwahoddwch aelodau'r grŵp i rannu os ydyn nhw'n dymuno gwneud.

Gwyliwch...

Coldplay – Everglow - https://www.youtube.com/watch?v=UXyZHYsVkoI (Ceir ychydig o regi wedi tua 1:12 munud - efallai yr hoffech ddistewi'r sain ar yr adeg yma)

Mae Phil yn sgwennu am y fideo hon yn ddiweddarach yn Story Bearer – tudalennau 126-128 – ac yn ei ddefnyddio fel esiampl o'r ffordd mae Duw'n gwneud defnydd ohonon ni yn y byd i wneud gwahaniaeth ym mywydau'n ffrindiau. Yr anogaeth ydy fod Duw wastad ar waith ym mywydau'n ffrindiau, hyd yn oed cyn inni eu cyrraedd nhw - ein swyddogaeth ninnau ydy sylwi lle mae'r gwaith yn digwydd ac ymuno yn hynny. Mae gwrando, rhannu ein stori a darnau perthnasol stori Duw yn ffordd wych o wneud hyn.

Ymateb

Gan ddefnyddio fideo Coldplay fel ysgogiad, anogwch y grŵp i feddwl beth fyddai'r arwydd iddyn nhw i Dduw ymuno yn yr hyn mae'n ei wneud yn y byd, ac yn benodol ym mywydau'n ffrindiau. Ar ddarn newydd o bapur, neu'n well fyth, yr ochr arall i'r darn a ddefnyddiwyd ar gyfer gweithgaredd yr enwau, anogwch aeolodau'r grŵp i sgwennu lle maen nhw'n teimlo fod Duw'n eu galw i fod yn weithgar gydag E ac ymrwymo i rywbeth newydd. Dyma rai enghreifftiau o'r math o beth sy'n bosib:

Rydw i'n ymrwymo i fod yn Story Bearer – i wybod fy stori a cheisio cyfleoedd i'w hadrodd yn y gweithle.

Fe wna i weddïo am dri/tair ffrind a'u gwahodd i'r eglwys adeg Nadolig.

Fe wna i ddal ati i wasanaethu yn y banc bwyd a gweddïo dros y bobl sy'n dod yno.

Pan af i allan gyda' m ffrind am baned, fe geisia i sicrhau gofyn mwy o gwestiynau na siarad amdana i fy hun, a cheisio gofyn cwestiynau dyfnach sy'n mynd dan yr wyneb a heibio mân-siarad.

Unwaith eto, gall pobl ddewis p'un ai eu bod yn rhannu'r rhain gyda gweddill y grŵp ac oes ydyn nhw'n teimlo'n arbennig fel mynegi'n agored, mae croeso iddyn nhw'u dal uwch eu pennau fel y bachgen yng nghyngerdd Coldplay!

Gweddïo

Dewch â'r sesiwn i ben gyda chyfnod o weddi dros bob aelod unigol o'r grŵp, y caen nhw ryddid, gyda chymorth Duw, i gyflawni'r hyn maen nhw wedi cael eu herio i'w wneud.