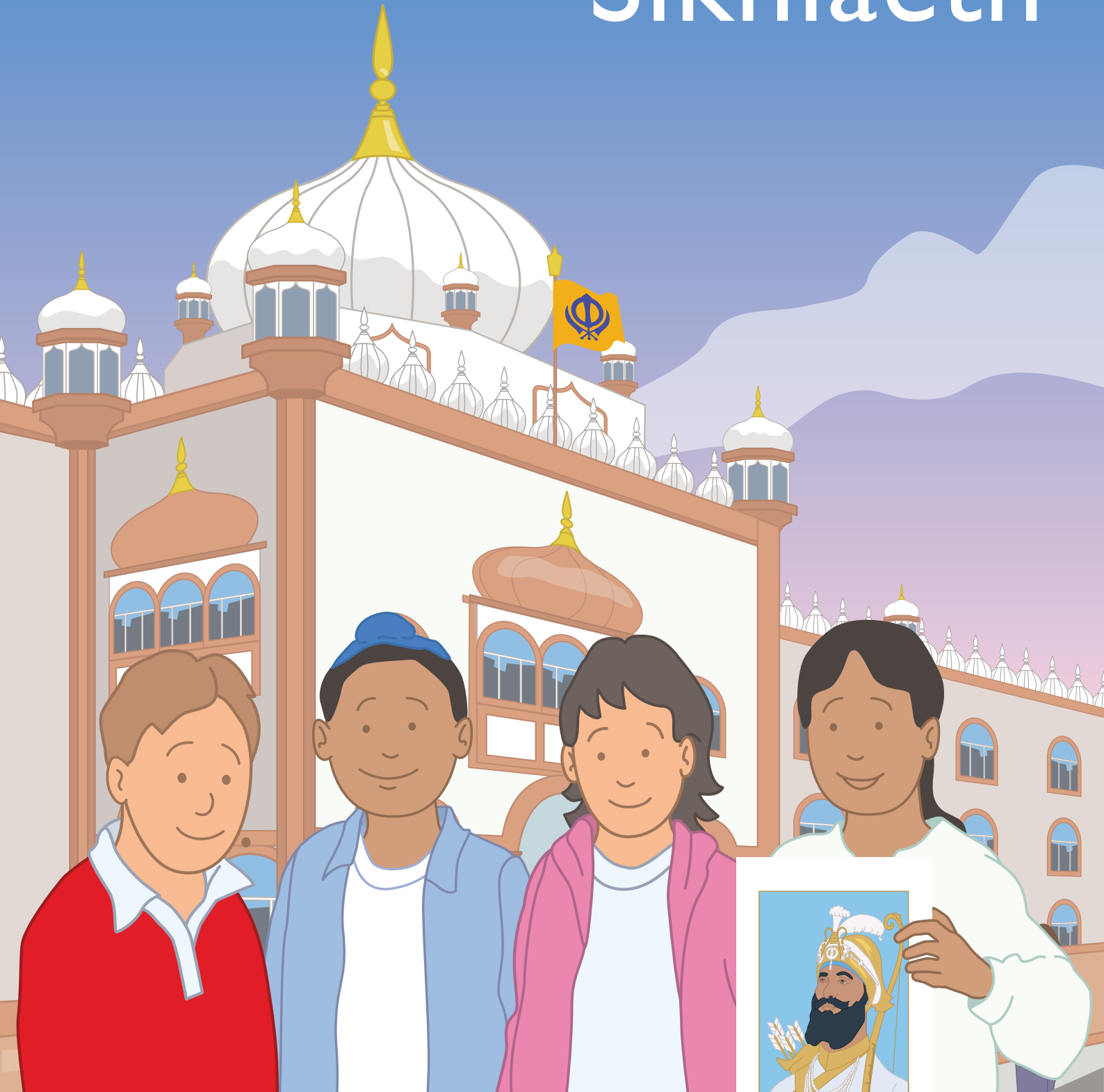


Cyfres Crefyddau'r Byd Heddiw

Archwilio
Sikhiaeth



Llawlyfr Athrawon

Cyfres Crefyddau'r Byd Heddiw

Archwilio Sikhiaeth

Tania ap Siôn a Diane Drayson.

Darluniau: Phillip Vernon.

Cyfieithiad: Nant Roberts.



Bear Lands Publishing

Yn y Gyfres Crefyddau'r Byd Heddiw, mae Rhys a Sara'n dysgu am brif grefyddau'r byd yn eu gwlad eu hunain. Y saith stori yn y gyfres yw:

- Archwilio Islam
- Archwilio Iddewiaeth
- Archwilio'r Eglwys y Plwyf
- Archwilio'r Eglwys Uniongred
- Archwilio Hindwâeth
- Archwilio Bwdhaeth
- Archwilio Sikhiaeth



Cyhoeddwyd gyntaf 2009 gan y Ganolfan Genedlaethol
Addysg Grefyddol,
Prifysgol Bangor
(noddwyd gan Lywodraeth Cynulliad Cymru).

Ail argraffiad (ar-lein) 2019 gan
Bear Lands Publishing,
Canolfan y Santes Fair,
Llys Onnen,
Abergwyngregyn,
Gwynedd, LL33 0LD, Cymru.

Archwilio Sikhiaeth

Y stori

Mae Rhys a Sara'n treulio eu gwyliau gyda dau ffrind Sikhaidd o'r enw Sanjit a Yasmin, sy'n cyflwyno rhai o gredoau ac arferion allweddol Sikhiaeth iddyn nhw. Mae'r plant yn archwilio gurdwara ac yn dysgu am Dduw (Waheguru) mewn Sikhiaeth a dysgu sut mae eu ffrindiau'n addoli Duw. Maen nhw'n dathlu gŵyl Baisakhi, ac yn mynd i seremoni dderbyn Khalsa, sy'n rhoi gwybodaeth iddyn nhw am y syniad o berthyn i gymuned Sikhaidd. Mae Rhys a Sara yn cael eu cyflwyno i athrawon ac arweinwyr arbennig, ac maen nhw'n dysgu sut mae Duw yn arwain Sikhiaid trwy gyfrwng y gurus hyn. Maen nhw'n archwilio agweddau'r Sikhiaid tuag at yr amgylchedd drwy ymweld â phlanetariwm a pharc. Mae'r plant yn dysgu sut mae Sikhiaid yn arfer gwasanaethu eraill mewn cegin Sikhaidd.

Yr elfennau sylfaenol

Sikhiaeth yw'r ieuengaf o'r chwech o brif crefyddau'r byd sy'n cael eu portreadu yn y gyfres hon. Daeth Sikhiaeth i'r amlwg yn yr unfed ganrif ar bymtheg yn y Punjab, mewn ymateb i fywyd a dysgeidiaeth ei sefydlydd, Guru Nanak. Yn y Punjab, bryd hynny, roedd tensiynau rhwng y cymunedau Hindŵaidd a'r cymunedau Mwslimaidd, ac roedd y Guru Nanak yn Hindŵ. Ar ôl profiad cyfriniol a barodd am dridiau, pan fu'r Guru Nanak ym mhresenoldeb Duw, fe ddywedodd eiriau enwog ei ddisgeidiaeth gyntaf, a dyma addasiad o'r geiriau hynny:

Does dim Hindŵ a does dim Mwslim, felly llwybr pwy a ddilynaf? Nid yw Duw yn Hindŵ nac yn Fwslim, a'r llwybr a ddilynaf yw llwybr Duw.

Cododd Guru Nanak uwchlaw'r ymraniadau sectyddol o'i gwmpas, a threuliodd weddill ei fywyd yn addysgu pobl am lwybr y Sikh, fel a ddatgelwyd ef iddo drwy ei brofiadau cyfriniol â Duw.

Heddiw, mae tua 90% o Sikhiaid yn byw yn y Punjab (eu mamwlad draddodiadol), er bod cymunedau Sikhaidd i'w cael yn gynyddol mewn gwahanol wledydd o amgylch y byd, gyda chymuned fawr, sefydledig ym Mhrydain.

Mae Sikhiaid yn credu:

- dim ond un Duw sydd, ac mai Duw a greodd y bydysawd;
- mae Duw yn bresennol ym mhob creadigaeth ac ym mhopeth byw;
- mae gan bopeth byw enaid, sydd wedi ei ddal mewn cylch parhaus o aileni, ac mae ei hynt yn cael ei benderfynu gan weithredoedd da a drwg pobl (karma);
- y ddefnydd yw rhyddhad yr enaid o'r cylch aileni (mukti), er mwyn profi undeb tragwyddol â Duw;
- mae rhyddhad yn bosibl os bydd rhywun yn peidio â meddwl yn hunan-ganolog (manmukh) ac yn dod yn Dduw-ganolog (gurmukh). Mae hyn yn golygu rhoi'r gorau i fod yn falch (haumai) a bod yn wylaidd, yn hytrach (nimrata). Ond dim ond pan fydd Duw yn rhoi gras (darshan) y gall hyn ddigwydd;
- mae pawb yn gydradd gerbron Duw, ac mae gwahaniaethau annheg mewn cymdeithas yn gamwedd (er enghraifft, anghydraddoldeb ar sail grwp cymdeithasol, hil, neu rywedd) oherwydd bod gan bawb yr un gwreiddiau a'u bod nhw'n meddu ar y wreichionen ddwyfol (jot);
- Fel y guru goruchaf, mae Duw bob amser wedi gwneud ei hun yn hysbys i'r byd drwy athrawon, yn cynnwys y deg guru Sikhaidd;
- mae ysgrythur sanctaidd y Sikhiaid, y Guru Granth Sahib, yn gyfrwng pwysig y mae Duw'n ei ddefnyddio i arwain y gymuned Sikhaidd.

Mae Sikhiaid yn arfer:

- canolbwyntio ar Dduw yn eu bywydau drwy fyfyrrio ar Enw Duw ac addoliad cynulleidfaoel yn y gurdwara;
- seva (gwasanaeth) i eraill;
- cydraddoldeb;
- aelodaeth o'r Khalsa (dod yn aelodau llawn o'r gymuned Sikhaidd) lle mae Sikhiaid yn gwisgo'r Pum K ac yn addo glynu wrth gôd ymddygiad.

Pennod I Ymweld â gurdwara

Baner

Mae'r faner Sikhaid yn cael ei galw'n Nishan Sahib. Mae'r symbol ar y faner yn cael ei alw'n Khanda, a dyma'r symbol sy'n cael ei gysylltu amlaf â Sikhiaeth. Yn ei ganol mae cleddyf deufin sy'n cael ei alw'n khanda, a chylch sy'n cael ei alw'n chakar. Ar y naill ochr a'r llall ceir cleddyf sy'n cael ei alw'n kirpan.

- Mae'r khanda yn cynrychioli nerth Duw yn gwahanu gwirionedd ac anwiredd.
- Mae'r chakar yn cynrychioli'r Duw tragwyddol, sydd heb ddechrau na diwedd yn perthyn iddo (yn debyg i gylch).
- Mae'r ddau kirpan yn cynrychioli nerth daearol a nerth ysbrydol.

Duw

Mae sawl enw gwahanol wedi cael ei briodoli i Dduw mewn Sikhiaeth. Yn y llyfr stori, caiff yr enw Waheguru ei ddefnyddio, sy'n golygu 'Arglwydd Rhyfeddol'. Mae Waheguru yn deitl poblogaidd ar Dduw, ac mae Waheguru yn cynnwys y gair 'guru', y gellir ei gysylltu â'r gred mai Duw yw'r athro goruchaf, yr arweinydd, a ffynhonnell y ddysgeidiaeth sy'n cael ei darparu gan y Deg Guru (a'r Guru Granth Sahib) mewn Sikhiaeth.

Mae'r prif greddau am Dduw mewn Sikhiaeth yn cynnwys:

- Nid oes ffurf i Dduw, ac nid yw'n bosib portreadu Duw mewn unrhyw lun (ers dechrau Sikhiaeth, gwrthodwyd y portread Hindwaid o Dduw drwy ddelwedd neu murti);
- Duw yw creawdwr a chynhaliwr y bydysawd;
- Daeth y bydysawd o Dduw gan fod Duw wedi ewyllysio i hynny ddigwydd, ac un diwrnod bydd yn dychwelyd at Dduw;
- Mae Duw yn bresennol yng nghreadigaeth Duw;
- Mae Duw yn datgelu Duw drwy'r Gurus ac mewn defosiwn personol.

Mewn gurdwara, fel arfer mae lluniau o'r Gurus a manau pererindod yn cael eu cadw draw o'r platfform canolog y mae'r Guru Granth Sahib yn cael ei osod arno, er mwyn osgoi'r demtasiwn o gyflawni eilunaddoliaeth.

Guru Granth Sahib

Yn y stori, mae Rhys a Sara yn dysgu bod Sikhiaid yn dod at ei gilydd i addoli Duw mewn adeilad sy'n cael ei alw'n gurdwara, a bod 'gurdwara' yn golygu 'tŷ'r guru'. Mae guru yn cynnig mynediad at ddysgeidiaethau Duw. Mae Guru Granth Sahib yn golygu 'Arweinydd/Athro' (Guru), 'Llyfr' (Granth),

a 'Meistr' (Sahib). Mae hefyd yn cael ei alw'n Adi Granth (Mae Adi yn golygu 'Cyntaf' mewn ystyr gronolegol, ac mae Granth yn golygu 'Llyfr'). Mae'r Guru Granth Sahib wedi cael ei ysgrifennu yn y llawysgrif Gurmukhi, sy'n ffurf ysgrifenedig ar Punjabi.

Mae'r Guru Granth Sahib yn cael ei drin â gofal a pharch mawr, er enghraifft:

- rhaid i Sikhiaid orchuddio eu pennau pan fyddan nhw ym mhresenoldeb y llyfr;
- rhaid tynnu'r esgidiau;
- mae Sikhiaid yn ymgrymu gerbron y llyfr;
- yn ystod gwasanaeth, mae'r llyfr yn eistedd ar orsedd arbennig gyda chanopi yn ei orchuddio;
- yn ystod darlleniad, mae chauri yn cael ei chwifio dros y llyfr;
- pan nad yw'n cael ei ddefnyddio, gyda'r nos, bydd y llyfr yn cael ei osod mewn gwely mewn ystafell ar wahân;
- pan fydd y llyfr yn cael ei symud, rhaid cadw at reolau caeth.

Ychydig o Sikhiaid sydd yn cadw copi o'r Guru Granth Sahib yn eu cartrefi, oherwydd ei fod yn gofyn am gymaint o ofal. Ar brydiau, i nodi adeg arbennig, mae'n bosib i Guru Granth Sahib gael ei osod mewn cartref Sikhaid am gyfnod byr. Mae hyn yn gwneud y gurdwara a'r addoli cynulleidfaol yn neilltuol o bwysig mewn Sikhiaeth oherwydd eu bod yn darparu mynediad at y Guru Granth Sahib.

Mae swyddogion sy'n gweithio yn y gurdwara yn cael eu dewis gan y gynulleidfa leol i wasanaethu'r gymuned leol. Er hynny, ni ddylai'r unigolion hyn gael unrhyw freintiau arbennig, oherwydd bod y Sikhiaid yn credu mewn cydraddoldeb. Yn y llyfr stori, mae Sikh gwryw wedi cael swydd y Granthi (ceidwad a darllenydd y Guru Granth Sahib), ond gellid dewis dynes hefyd i wasanaethu'r gymuned yn y swyddogaeth hon.

Ym mhennod 3 y llyfr stori, a'r nodiadau i athrawon, ceir rhagor o wybodaeth am y modd y mae'r Guru Granth Sahib yn cael ei ddefnyddio, a sut mae'n gweithredu fel guru.

Addoli cynulleidfaol

Mewn Sikhiaeth, mae canu emynau (kirtan) yn ffordd boblogaidd o addoli a myfyrio ar Dduw. Mae nifer o'r emynau hyn yn dod o'r Guru Granth Sahib. Gellir olrhain pwysigrwydd canu yn ôl i'r guru cyntaf, Guru Nanak, gan fod cerddor gydag ef pan dderbyniodd ei ddatguddiadau gan Dduw.

Gweithgareddau

Ymweld â gurdwara

Ewch i ymweld â gurdwara a chwiliwch am y manau sy'n cael eu nodi yn y stori. Beth sy'n wahanol yno i beth sydd yn y llyfr, a beth sydd yr un fath?

Baneri

Edrychwch ar faneri gwahanol wledydd Prydain, ac archwiliwch eu symbolaeth (neu canolbwyntiwrch ar eich baner genedlaethol).

Lle maen nhw'n gweld baneri'n chwifio? (er enghraifft, adeiladau swyddogol, y tu allan i westai, neu mewn digwyddiadau chwaraeon rhyngwladol).

Pam rydych chi'n meddwl fod gan wledydd faneri? (er enghraifft, uno pobl dan faner gyffredin, dangos perchnogaeth, neu ddweud rhywbeth am eich hunaniaeth).

Mae baneri eraill, fel y faner Ewropeaidd, yn cwmpasu'n ehangach, ac yn cynrychioli casglu ynghyd wledydd gwahanol sy'n ymrwymedig i set o ddelfrydau ac arferion cytunedig.

Mae gan Sikhiaid faneri amlwg y tu allan i'w gurdwaras.

- Beth mae'r faner Sikhiaid yn ei ddweud wrth bobl am yr adeilad?
- Beth mae'r Khanda ar y faner Sikhiaid yn ei ddweud wrth bobl am Sikhiaeth?

Gwnewch y gwaith ar y daflen 'Gwneud Khanda'. (Os oes gan y plant wybodaeth dda o gredoau ac arferion Sikhiaeth, rhowch her iddyn nhw ystyried a yw'r khanda yn symbol defnyddiol ar gyfer Sikhiaeth.)

Fe allai'r plant ddylunio baner ar gyfer eu hysgol, hefyd. Fe fydd angen iddyn nhw ystyried yn ofalus beth fyddai'n cynrychioli'r ysgol, a gallu egluro i'r dosbarth beth yw'r syniadau sydd y tu ôl i'r dyluniad.

Cymysgu a matsio

Torrwch allan y naw bocsydd ar y daflen waith 'Ysgrifennu Stori', ac yna torrwch bob bocsydd yn dri darn: y pennawd, y wybodaeth a'r llun. Cymysgwch yr holl rannau a'u rhoi mewn amlen. Rhannwch y plant yn barau neu grwpiau gan roi amlen i bob grwp neu bâr. Bydd gofyn i'r plant fatsio'r pennawd, y wybodaeth a'r llun yn gywir.

Gwnewch y gwaith ar y daflen 'Ysgrifennu Stori', (fe allech chi addasu'r stori fel y mynnwch chi i unrhyw genre, fel dyddiadur neu erthygl bapur newydd).

Neu, fe allech chi dorri allan y naw bocsydd ar y ar y daflen waith 'Ysgrifennu stori' a'u trefnu'n dri grŵp:

- glanweithdra (bod yn lân);
- gwasanaeth (sewa) i eraill;
- y Guru Granth Sahib.

Gan weithio mewn parau, gofynnwch i'r plant osod y tri grwp yn nhrefn eu pwysigrwydd, gan egluro'r rhesymau dros eu dewisiadau. Does dim ateb cywir neu anghywir i'r cwestiwn yma; mae'r pwyslais ar y syniadau ac ansawdd y ddatl.

Pennod 2 Dathlu Baisakhi

Y Khalsa

Mae'r llyfr stori yn amlinellu gwreiddiau hanesyddol y Khalsa, sy'n dyddio'n ôl i Guru Gobind Singh yn 1699. Mae'r Khalsa yn golygu'r 'rhai pur', sy'n dynodi Sikhiaid sydd wedi mynd drwy seremoni dderbyn amrit arbennig (weithiau mae hyn yn cael ei alw'n 'fedydd').

Seremoni dderbyn/Amrit

Er mwyn i'r seremoni dderbyn fod yn ddilys, mae'n rhaid i bump o Sikhiaid Khalsa fod yn bresennol, yn ogystal â'r Guru Granth Sahib. Yn y seremoni dderbyn, mae Sikhiaid yn addo gwisgo'r Pum K fel symbolau o'u ffydd. Maen nhw hefyd yn addo cadw at set fwy heriol o reolau na Sikhiaid sydd heb fod yn Sikhiaid Khalsa.

Mae dod yn Sikh Khalsa yn ymrwymiad difrifol i fynd â'ch ffydd i'r lefel nesaf.

Dathliadau Baisakhi

Mae gŵyl Baisakhi yn cael ei chynnal ar ddiwrnod cyntaf mis Vaisakhi yn y calendr Sikhiaidd (Ebrill - Mai). Mae'n nodi dechrau blwyddyn newydd. Mae'r traddodiadau'n cynnwys:

- 'ymolchi'r' Guru Granth Sahib â llefrith a dŵr, gyda darlleniadau arbennig yn y gurdwara;
- rhannu karah prashad, a bwyta pryd o fwyd llysiuol fel cymuned yn y gurdwara;
- gorymdeithiau cymunedol.

Yng ngogledd India, mae Baisakhi yn wyl y cynhaeaf hefyd, pan fydd y bobl yn diolch i Dduw am y cynhaeaf hael.

Y Pum K

Mae'r Pum K yn atgof o'r ymrwymiad a'r ffydd a ddangoswyd gan y 5 Sikh cyntaf a dderbyniwyd i'r Khalsa yn 1699. Maen nhw hefyd yn atgoffa Sikhiaid Khalsa am gweddau allweddol ar eu ffydd:

Kesh (gwallt heb ei dorri)

Mae pethau'r byd corfforol yn ogystal â phethau'r

byd ysbrydol yn arbennig, gan eu bod nhw'n dod gan Dduw, ac fe ddylid eu parchu. Mae gadael pob gwallt dynol heb ei dorri yn symboleiddio ymrwymiad Sikh i fyw yn unol ag ewyllys Duw.

Kangha (crib)

Mae cadw'r gwallt yn lân a thaclus hefyd yn bwysig iawn mewn Sikhiaeth. Mae'r grib yn cadw'r gwallt yn daclus dan dwrbau.

Kirpan (cleddyf)

Mae'r cleddyf yn atgoffa Sikhiaid o'u dyletswydd i amddiffyn gwirionedd a chyfiawnder. Fel mae'r stori'n dangos, yn hanes Sikhiaeth, bu adegau pan fu angen i Sikhiaid amddiffyn eu hunain rhag gormeswyr mewn ffyrdd corfforol. Ond, heddiw, fel mae Sunita Kaur yn pwysleisio, mae amddiffyn gwirionedd a chyfiawnder yn digwydd ar ffurfiau eraill, ac mae'r cleddyf yn cael ei weld fel symbol grymus yn hytrach nag arf. Heddiw, mae Sikhiaid Khalsa yn gwisgo cleddyfau bychan sy'n gallu bod ar ffurf gemwaith, neu arwyddlun ar y Kangha (crib).

Kachera (trowsus byr)

Mae'r trowsusau byr gwyn yn aml yn cael eu gwisgo fel dillad isaf heddiw, ac maen nhw'n symbol o wyleidd-dra.

Kara (cadwyn)

Nid oes toriad na chymal yn y gadwyn ddu, a chaiff ei gwisgo ar yr arddwrn dde. Mae hyn yn atgoffa Sikhiaid i wneud pethau da yn unig â'u dwylo (gweithredoedd).

Er nad yw'n un o'r 5 K, mae'r twrbau yn rhan nodedig o Sikhiaeth i nifer o bobl. Ceir twrbau mewn amrywiaeth o liwiau. Yn draddodiadol, gwisgwyd twrbau gan y rhai a barchwyd yn fawr mewn cymdeithas, ac mae twrbau yn cadw gwallt hir yn daclus. Mae gwisgo twrbau yn ddatganiad clir o ymrwymiad yr unigolyn i Dduw.

Gweithgareddau

Gwyliau ledled traddodiadau crefyddol

Gweithiwch ar galendr neu lyfr o wahanol wyliau'r holl grefyddau. Fe fyddai gofyn i hwn fod ar ffurf ffeil lle gallwch chi ychwanegu tudalennau, fel byddwch chi angen, i'w gael mewn trefn gronolegol.

Siaradwch am ba mor bwysig yw trefnu'r deunydd fel y gall pobl ddod o hyd i'r wybodaeth y byddan nhw'i hangen, yn gyflym. Gyda'r plant, penderfynwch ar drefn ddefnyddiol i'r llyfr, er enghraifft, fe allai penawdau adrannau fod yn ymwneud â phethau fel: storïau, sut y caiff yr ŵyl ei dathlu heddiw, resipis, ac ati.

Symbol o berthyn

Dewiswch iwniform sy'n gyfarwydd i chi, (naill ai gwisg rydych chi eich hunan yn ei gwisgo neu wisg arbennig rhywun arall rydych chi wedi'i gweld).

Ymysg yr enghreifftiau fe allech chi gael: gwisg ysgol, iwniform Brownies neu Cubs, gwisg timau pêl-droed neu rygbi, neu wisg karate neu jiwdo.

Meddyliwch yn ofalus am wahanol rannau'r wisg a'u pwrpas (bydd pwrpas ymarferol, a phwrpas symbolaidd i'r rhan fwyaf o'r gwisgoedd).

Lluniwch restr o brofiadau 'da' a phrofiadau sydd 'ddim mor dda' wrth wisgo iwniform.

Gwnewch y gwaith ar y daflen 'Gwisgo am Amrit Singh' gan archwilio symbolaeth y 5 K (mae pwrpas ymarferol a symbolaidd i'r rhain hefyd - yn hanes Sikhiaeth, roedd y wisg yn ymarferol ar adeg brwydr er mwyn gwarchod hawliau'r un oedd yn

cael ei ormesu. Heddiw, dim ond eu harwyddocâd symbolaidd sy'n parhau yn achos y 5 K). Tybed beth fyddai'r profiadau 'da' a'r profiadau sydd 'ddim mor dda' i Sikhiaid wrth iddyn nhw wisgo'r 5 K?

Fe fyddai'n bosib ymestyn y gweithgaredd i archwilio symbolaeth perthyn i wahanol draddodiadau crefyddol, yn ôl gwisg (er enghraifft urddau mynachod/ offeiriadon Cristnogol, mynachod/ lleianod Bwdhaidd, Mwslimiaid ar Hajj, ac Iddewon mewn synagog).

Amddiffyn cyfiawnder a thegwch i bawb

Mae Sikhiaid yn credu bod amddiffyn cyfiawnder a thegwch yn bwysig i hawliau dynol sylfaenol pob un, pa un a yw'r bobl rheini'n Sikhiaid ai peidio, maen nhw'n credu mewn cyfiawnder a chwarae teg i bawb.

Mae annhegwch ac anghyfiawnder yn bod ym mhob rhan o'r byd, ond mae unigolion a mudiadau yn bodoli sydd hefyd yn credu mewn amddiffyn hawliau dynol sylfaenol. Ymchwiliwch waith Amnest Rhyngwladol (Amnesty International), sy'n canolbwyntio'n benodol ar y materion yma, (www.amnesty.org.uk).

Mae nifer o resymau pam y mae pobl yn ymwneud â'r frwydr yn erbyn annhegwch yn y byd - mae rhai yn amlwg yn cael eu dylanwadu gan gred ac athroniaeth grefyddol, ac eraill sydd ddim. Yn y llyfr stori, mae'r gred Sikhiaidd mewn rhyddid a chyfiawnder yn cael ei harchwilio.

Pennod 3 Arweinwyr

Gurus mewn Sikhiaeth

Duw yw'r Guru goruchaf (athro/ arweinydd). Mae Duw yn datguddio ei hun ac yn arwain bodau dynol at oleuedigaeth a rhyddhad. Er hynny, mae Duw yn gweithio drwy unigolion dewisedig sy'n datgelu Gair Duw (Shabad) yn y byd. Mae Sikhiaid yn credu bod Gair Duw wedi cael ei ddatgelu i unigolion dethol drwy hanes, ond mae'r Deg Guru o arwyddocâd neilltuol iddyn nhw. Y Deg Guru yw:

- Guru Nanak (1469-1539)
- Guru Angad (1504-1552)
- Guru Amar Das (1479-1574)
- Guru Ram Das (1534-1581)
- Guru Arjan Dev (1563-1606)
- Guru Hargobind (1595-1644)
- Guru Har Rai (1630-1661)
- Guru Har Krishan (1656-1664)
- Guru Tegh Bahadur (1621-1675)
- Guru Gobind Singh (1666-1708)

Mae Sikhiaid yn credu fod y Deg Guru eisoes wedi cael eu goleuo a'u rhyddhau yn llawn cyn iddyn nhw gael eu haileni fel gurus. Fe gawson nhw eu dewis gan Dduw i fynd yn ôl i gylch aileni fel gurus, ac mae eu bywydau yn cael eu hystyried yn rhai perffaith, a heb eu heffeithio gan ganlyniadau karma. Roedd y gurus yn arweinwyr ysbrydol a bydol yn eu cymunedau Sikhaid: roedden nhw'n cynnig arweiniad ysbrydol yn ogystal â datrys anghydfod a gwneud penderfyniadau o fewn y gymuned Sikhaid.

Mae'r Deg Guru yn cael eu parchu'n fawr, ond byth yn cael eu haddoli; eu swyddogaeth yw pwyntio'n ôl at Dduw a dysgu Gair Duw.

Dysgeidiaeth

Yn y stori, mae Rhys a Sara yn dysgu fod y Gurus yn arwain Sikhiaid at Dduw, sef y daith bwysicaf un. Ar y daith hon, mae Sikhiaid yn dysgu rhoi Duw, ac nid nhw eu hunain, yng nghanol eu bywydau. Mae hyn yn cael ei helpu gan rai o arferion allweddol y Sikhiaid, fel adrodd enw Duw (Nam Simran), gwasanaethu eraill (seva), a byw mewn cymuned Sikhaid gefnogol (sangat) sy'n annog gwyleidd-dra a chanolbwyntio ar Dduw.

Mae Sikhiaeth yn dysgu mai dim ond at ryw bwynt yn unig y mae'n bosibl mynd wrth ddibynnu ar eich ymdrechion eich hunan. Dim ond pan fydd Duw yn rhoi gras i rywun y bydd delfryd Duw-ganolog yn cael ei wireddu'n llawn. Duw sy'n penderfynu pwy sy'n derbyn gras, ac mae gan Dduw ei resymau ei hunan dros roi'r gras neu beidio â'i roi. Efallai y bydd angen rhagor o amser neu aileni arall ar unigolyn. Er hynny, mae ganddyn nhw'r dewis o dderbyn gras Duw neu ei wrthod.

Mae rhoi gras yn galluogi rhywun i fod yn Jivan mukt – un sy'n byw yn un â Duw. Pan fyddan nhw'n marw, nid yw karma yn cael effaith o gwbl, felly nid yw'r enaid yn mynd yn ôl i gylch bywyd. Dyma'r ddelfryd Sikhaid.

Guru Granth Sahib

Cyn iddo farw, penododd Guru Gobind Singh y Guru Granth Sahib (llyfr sanctaidd) fel yr arweinydd a'r tywysydd nesaf ar gyfer y gymuned Sikhaid. Mae'r llyfr yn cael ei drin â'r un parch â guru dynol (gweler pennod 1) ac mae'n cyflawni swyddogaeth debyg: mae'n cyfeirio yn ôl at Dduw ac yn datgelu Gair Duw fel y cafodd ei yngan gan y Gurus blaenorol. Yn debyg i guru dynol, mae'r Guru Granth Sahib hefyd yn chwarae rhan ym mywyd beunyddiol y gymuned pan ymgynghorir ag ef am arweiniad ac er mwyn gwneud penderfyniadau.

Ar adegau arwyddocaol ym mywyd cymuned neu unigolyn, ymgynghorir â'r Guru Granth Sahib. Mae'r llyfr yn cael ei agor ar hap, a chymerir darlleniad o ben uchaf y dudalen ar y chwith. Mae ystyr y testun yn cael ei ystyried, a'i gymhwyso at y mater perthnasol. Mae hyn yn cael ei alw'n hukam (arweiniad neu orchymyn Duw).

Yn draddodiadol, pan fydd Sikhiaid yn enwi eu plant, maen nhw'n ymgynghori â'r Guru Granth Sahib, gan ddilyn proses debyg. Er hynny, llythyren gyntaf y gair cyntaf sy'n rhoi llythyren gyntaf enw'r plentyn.

Mae pwysigrwydd y Guru Granth Sahib yn cael ei ddangos yn ei bresenoldeb ym mhob seremoni.

Gweithgareddau

Nodau mewn bywyd

Mae'r gweithgaredd yma'n ategu ac yn datblygu'r gwaith sydd i'w wneud ar y taflenni, 'Gwneud ffrâm llun' ac 'Arweinwyr bywyd'.

Mewn Sikhiaeth, y nod mewn bywyd yw teithio tuag at Dduw, Waheguru, a dod yn un â Waheguru. Mae'r ymarfer sy'n cael ei ddisgrifio yn y llyfr stori'n chwarae rhan i helpu Sikhiaid gyrraedd eu nod. Caiff y Sikhiaid eu helpu ar y daith hon trwy waith Waheguru yng ngwaith y Deg Guru a'r Guru Granth Sahib. Maen nhw'n cael eu helpu hefyd trwy fyw mewn cymuned Sikh gefnogol (sangat).

Mae cael nodau mewn bywyd yn bwysig iawn. Bydd nod yn rhoi ystyr a chyfeiriad i'n bywydau, sy'n gallu helpu i'n gwneud yn bobl hapusach a mwy bodlon.

- Enwch un nod sydd gennych chi yn eich bywyd?
- Pa gamau rydych chi angen eu cymryd i gyrraedd y nod hwnnw?
- Pwy allai eich helpu ar eich taith tuag at eich nod?

Tynnwch lun ysgol risiau, gyda'ch llun chi ar waelod yr ysgol ac un o'r nodau sydd gennych chi yn eich bywyd ar y top. Ar risiau'r ysgol ysgrifennwch y camau y mae arnoch chi angen eu cymryd i gyrraedd eich nod. Yn ymyl y llun ohonoch chi eich hun, ysgrifennwch enwau'r bobl fyddai'n gallu eich helpu i gyrraedd eich nod.

Dangoswch ysgolion grisiau rhai o'r plant i weddill y dosbarth. Dewiswch wahanol nodau i'w cyflwyno i'r dosbarth - er enghraifft, ambell un sy'n nod tymor byr ac eraill sy'n nodau tymor hir, a hefyd fe allai rhai nodau fod yn ymarferol tra mae rhai eraill yn nodau mwy haniaethol. Nid oes un nod yn well na'r llall, dim ond yn wahanol, am fod pobl yn wahanol. Ond mae'n ddefnyddiol i'r plant fod yn ymwybodol o amrywiaeth eang o nodau posib,

a'u hystyried.

Fel dosbarth, ac yn adeiladol, helpwch i ddatblygu dwy ran pob ysgol risiau sydd wedi'u cyflwyno, yn ôl y camau y bydd angen eu cynnwys a'r bobl a allai helpu yn ystod y daith tuag at y nod.

Fel athro neu athrawes, fe allech chi hefyd ddewis sôn am un o'ch nodau chi wrth y dosbarth, gan nodi'r camau y bydd angen i chi eu cymryd i gyrraedd y nod, a sôn am y bobl a allai eich helpu ar eich taith. Pwynt addysgu: mae cael nodau a gweithio tuag at eu cyrraedd yn rhan o holl daith bywyd.

Llunio llinell amser

Llunio llinell amser i ddangos trefn gronolegol y Deg Guru. Gosodwch y llinell amser o fewn llun amlinell o'r Guru Granth Sahib ar agor. Mae hyn yn darlunio bod y Guru Granth Sahib yn arweinydd i Sikhiaid heddiw ac yn cynnwys gair Waheguru fel y cafodd ei fynegi gan y Deg Guru. (Mae'n bwysig bod yn ymwybodol bod y Guru Granth Sahib yn cynnwys hefyd rhywfaint o ddeunydd ysgrifenedig gan rai oedd heb fod yn Sikhiaid, ond mae'r gweithgaredd yma'n canolbwyntio ar y llinell o Gurus Sikhiaid yn benodol.)

I ymestyn y gweithgaredd yma, defnyddiwch lyfrau neu'r rhyngwrwyd i ymchwilio ymhellach i hanes bywyd y Deg Guru. Mae rhai o'r Deg Guru yn enwog am wahanol ddatblygiadau hanesyddol mewn Sikhiaeth, fel sefydlu Sikhiaeth, datblygu'r sgript sy'n cael ei defnyddio yn y Guru Granth Sahib, dethol testun y Guru Granth Sahib a chreu'r Khalsa. Nodwch gyfraniadau'r gwahanol Gurus, a'u hychwanegu at y llinell amser. Ffynhonnell ddefnyddiol er mwyn dod o hyd i wybodaeth yw'r wefan, BBC Religion and Ethics, (www.bbc.co.uk/religion/religions/sikhism/).

Pennod 4 Gofalu am y byd

Pan mae Rhys a Sara yn ymweld â'r planetariwm, ac yn gweld rhyfeddodau'r bydysawd, maen nhw'n dechrau gofyn cwestiynau am ei ddechreuad ac am arwyddocâd bywyd dynol. Mae eu ffrindiau, Sanjit a Yasmin, yn rhannu gyda nhw rai atebion Sikhaidd i'r cwestiynau hyn.

Credoau'r Sikhiaid ynghylch y creu

Yn ôl dysgeidiaeth y Guru Granth Sahib, cyn y greadigaeth nid oedd dim yn bod ac eithrio Duw. Nid oedd ymraniadau, dim ond un Duw tragwyddol. Yna, ewyllsiodd Duw greu'r bydysawd, a daeth y bydysawd o Dduw – y galaethau, cysodau'r haul, a'r bydoedd. Wrth greu, ymddangosodd ymraniadau, er enghraifft, ymraniadau o ran hil, statws cymdeithasol, a rhywedd. Mae'r ymraniadau hyn wedi arwain at ddiodefaint, oherwydd eu bod wedi cael eu defnyddio i gyfiawnhau ymddygiad annheg ac anghyfiawn.

Er hynny, mae Sikhiaeth yn addysgu mai rhith yw'r ymraniadau, a'u bod nhw'n seiliedig ar anwybodaeth. Pan fydd goleuedigaeth yn cymryd lle anwybodaeth, mae gwir undod y greadigaeth yn cael ei chydabod – (mae Duw ym mhob peth byw, ac mae hyn yn eu huno). Mae gan bopeth byw nod eithaf sy'n gyffredin iddyn nhw, hefyd – byw yn unol ag ewyllys Duw (bod yn Dduw-ganolog) a dod yn un â Duw. Mae'r Guru Granth Sahib yn dysgu y bydd y bydysawd yn dychwelyd at Dduw, yn yr un modd ag y crewyd ef gan Dduw.

Swyddogaeth bodau dynol

Mae aileni dynol yn bwysig iawn, oherwydd mae bodau dynol yn gallu gwneud penderfyniadau ymwybodol a dod yn Dduw-ganolog. Mae bodau dynol yn gallu deall y modd y mae'r bydysawd wedi cysylltu â'i gilydd, a'u safle nhw eu hunain ynddo.

Yn aml, disgrifir gwahanol draddodiadau crefyddol fel rhai sydd â safbwyntiau negyddol neu gadarnhaol ynghylch byw yn y byd hwn. Yn aml, mae safbwyntiau negyddol yn cael eu dynodi â delfrydau dihangol, lle mae pethau bydol yn cael eu hystyried yn rhwystr i gyflawni delfryd ysbrydol sy'n bodoli y tu allan i'r byd. Yn aml, bydd safbwyntiau cadarnhaol yn gweld byw yn y byd fel rhan annatod o wireddu delfryd

ysbrydol, sy'n gysylltiedig mewn modd pendant iawn â'r byd. Mae gan Sikhiaeth safbwynt cadarnhaol ar y byd, oherwydd mae popeth wedi dod o Dduw, a bydd popeth yn dychwelyd at Dduw. Dim ond drwy fyw yn y byd y gall y llwybr at ryddhau'r enaid ac undod â Duw ddigwydd.

Cred ar waith

Mae'r credoau hyn yn golygu fod perthynas gywir â phobl eraill ac â natur yn rhan ganolog o arferion Sikhiaeth. Er enghraifft, mae'r arferion canlynol yn cael eu hyrwyddo:

- ffordd o fyw syml, gan ddefnyddio adnoddau'n ofalus;
- rhannu adnoddau a gwasanaethu ag eraill heb wahaniaethu, yn y gurdwara ac yn y gymuned;
- gweithio'n galed ac ennill bywoliaeth mewn dull moesegol;
- rhoi'n hael i elusen.

Yn ogystal, mae nifer o enghreifftiau ar-lein o Sikhiaid yn cymryd rhan mewn prosiectau ac elusennau amgylcheddol, fel y rhai sy'n cael eu harchwilio gan y plant yn y stori (e.e. Khalsa Aid www.khalsaaid.org).

Cysylltiad gweithredoedd â'i gilydd

Mewn Sikhiaeth, mae pethau byw hefyd wedi cysylltu â'i gilydd drwy eu gweithredoedd a'r effaith y mae eu gweithredoedd yn ei gael ar bobl neu bethau eraill. Yn y stori, mae hyn yn cael ei ddangos wrth i garreg gael ei thafu i lyn (gweithred) ac un grychdon yn arwain at un arall, ac yna un arall. Mae gweithredoedd cadarnhaol yn cael effaith gadarnhaol arnom ni ein hunain, ar bobl eraill, ac ar yr amgylchedd. Mae gweithredoedd negyddol yn cael effeithiau negyddol arnom ni ein hunain, ar bobl eraill, ac ar yr amgylchedd. Mae pob gweithred yn cael effaith eang iawn os yw'n cael ei fapio'n iawn. Yn hyn o beth, mae llawer yn gyffredin rhwng Sikhiaeth a Hindŵaeth a Bwdhaeth.

Mae deall undod a phwrpas hanfodol popeth byw, yn ogystal â deall sgil effeithiau grymus pob gweithred, yn darparu'r system gred sy'n tanategu arferion Sikhaidd.

Gweithgareddau

Seren fechan yn y nen

Yn y llyfr stori, mae'r plant yn ymweld â phlanetariwm, lle maen nhw'n rhyfeddu at ryfeddodau'r bydysawd. Fel gweithgaredd i'w wneud gartref, gofynnwch i blant y dosbarth dreulio o leiaf 15 munud ar noson glir y tu allan i'r tŷ (neu'n edrych allan trwy'r ffenestr) gan wyllo'r awyr. Er hwyluso pethau i rieni, gofynnwch iddyn nhw wneud hyn pan fydd hi'n tywyllu'n gynnar.

Gofynnwch i'r plant feddwl am eu hymateb i'r cwestiynau canlynol, a'i nodi:

- Pa wahanol bethau y gallwch chi eu gweld?
- Sut rydych chi'n teimlo wrth i chi edrych ar yr awyr yn y nos?
- Oes rhai cwestiynau yr hoffech chi gael ateb iddyn nhw, wrth i chi edrych ar yr awyr yn y nos?

Yn ôl yn yr ysgol, gwahoddwch y plant i adrodd yn ôl beth oedd eu hymateb. Cysylltwch hyn â'r llyfr stori - pan oedd Rhys a Sara yn y planetariwm, fe welson nhw lawer o wahanol bethau oedd yn ysgogi teimladau ac yn gwneud iddyn nhw holi cwestiynau. Mae gwahanol ffyrdd o ateb y cwestiynau rheini, ac mae eu ffrindiau, Sanjit a Yasmin, yn rhoi'r atebion iddyn nhw o safbwynt Sikhiaid. Mae'r atebion yma'n rhoi ystyr a phwrpas i'w bywydau.

Mae'r hyn y byddwn yn ei wneud yn effeithio ar eraill

Meddylwch am y crychdonnau sy'n cael eu creu gan garreg gaiff ei thafu i lyn. Dewiswch weithred, fel gollwng rhywbeth fel bag plastig ar lawr. Gyda'ch gilydd lluniwch fap meddwl neu ddiagram pryf copyn o wahanol effeithiau posib, fel anifail yn tagu wrth ei fwyta, rhywun arall yn gorfod ei godi, yn dal dŵr wedi iddi fwrw glaw a rhywun yn baeddu eu hesgidiau wrth sathru arno. Trafodwch

yr amrywiaeth o ganlyniadau diflas neu niweidiol all godi o un weithred syml. (Mae ambell feddalwedd cyfrifiadurol yn gallu creu mapiau meddwl yn awtomatig, ac fe fyddai'n offeryn defnyddiol wrth wneud y gweithgaredd yma.)

Yn nesaf, edrychwch ar weithred gadarnhaol fel gwahodd rhywun newydd i ddod i chwarae â chi, a mapiwch yr holl ganlyniadau posib, fel cael ffrind newydd, gwneud rhywun arall yn hapus, dysgu gemau newydd, cael gwahoddiad i barti pen-blwydd. Anogwch y plant i fod yn greadigol ac i feddwl y tu hwnt i atebion cyffredin.

Gweithiwch mewn grwpiau bach i feddwl am weithredoedd eraill, rhai cadarnhaol a negyddol, a mapio'r holl ganlyniadau posib.

Gall pob grŵp adrodd yn ôl i weddill y dosbarth am un weithred a'i chanlyniadau. Archwiliwch y gweithredoedd yn nhermau'r gred Sikhiaid fod y byd yn lle arbennig, ac fe ddylem ofalu amdano.

Meddwl am ein harferion cyfredol

Yn aml, fe fydd ysgolion yn sefydlu rhaglenni, fel ailgylchu papur, ac yn eu cynnal heb addysgu disgyblion newydd ynghylch y rhesymau pam y maen nhw'ngwneud hyn. Fe allai fod yn ddefnyddiol, o dro i dro, ystyried ein harferion, meddwl pam rydym ni'n gwneud y pethau y byddwn ni'n eu gwneud, ac ail gadarnhau ein gweithredoedd.

Cerddwch o gwmpas yr ysgol yn nodi'r nifer o bethau da rydych chi'n eu gwneud. Hefyd, nodwch ble byddai'n bosib gwella eich arferion, er enghraifft, lleoliadau gwell ar gyfer eich basgedi gwastraff papur neu finiau ailgylchu. Lluniwch restr o'ch holl arferion da a thrafodwch y rhesymau dros eu cyflawni. Gofalwch eich bod yn gwybod y rhesymau dros eich ymrwymiad.

Pennod 5 Y gegin Sikhaidd

Llysieuath

Mae nifer o Sikhiaid, ond nid pob un ohonyn nhw, yn llysieuwyr, er nad oes ymrwymiad i fod yn llysieuwyr os ydych chi'n Sikh. Dewis personol yw bwyta cig ai peidio. Bydd gan Sikhiaid llysieuol, a Sikhiaid sy'n bwyta cig, eu dadleuon eu hunain i gefnogi eu safbwyntiau. Pa safiad bynnag fydd ganddyn nhw i'w wneud ynghylch bwyta cig, mae nifer o agweddau sylfaenol ar fwyd yn cael eu hyrwyddo. Er enghraifft, dylid arfer cymedroldeb ym mhopeth, ac nid yw gwastraffu adnoddau yn cael ei annog. Yn ogystal, dylid osgoi bod yn selog dros fath penodol o ddiety, oherwydd gall pobl ymgolli mewn defodau allanol ar draul datblygu rhinweddau mewnol.

Er hynny, yn y langar (y gegin), dim ond bwyd llysieuol sy'n cael ei baratoli a'i weini. Gwneir hyn am fod y langar yn gorfod darparu bwyd i bawb, ac mae bwyd llysieuol yn cwrdd ag anghenion pawb.

Y langar

Mae'r langar (y gegin a'r man bwyta) yn rhan bwysig o bob gurdwara, ac mae'n darparu bwyd am ddim i bawb, heb wahaniaethu. Gellir olrhain y langar yn ôl i'r guru cyntaf, Guru Nanak. Ers dechrau Sikhiaeth, condemnwyd anghydraddoldebau o fewn

y gymdeithas draddodiadol yn India. Beirniadwyd yr anghydraddoldebau a grëwyd gan System Cast yr Hindŵiaid yn enwedig (gellir archwilio system Cast yr Hindŵiaid ymhellach ym mhennod 3, yn y nodiadau i athrawon ar gyfer *Archwilio Hindŵaeth*).

Mae eistedd gyda'ch gilydd, a rhannu bwyd gyda'ch gilydd, yn ffordd effeithiol o roi ar waith greddoau Sikhaidd ynghylch cydraddoldeb.

Mae'r langar hefyd yn fan pwysig i Sikhiaid arfer seva (gwasanaeth). Fel mae'r llyfr stori yn ei ddangos, mae aelodau o'r gymuned Sikhaidd yn gwneud swyddi yn eu tro yn y gurdwara – er enghraifft, glanhau, coginio, a golchi'r llestri. Unwaith eto, mae hyn yn atgyfnerthu cred y Sikhiaid mewn cydraddoldeb, oherwydd nid yw statws unrhyw un mewn gymdeithas yn eu rhwystro nhw rhag gwasanaethu pobl eraill. Mae Duw yn bresennol ym mhopeth byw.

Mae arfer seva (gwasanaeth) i bobl eraill hefyd yn ffordd o addoli Duw. Mae canolbwyntio ar anghenion pobl eraill, yn hytrach na'r hunan, yn hyfforddi unigolyn i fod yn llai hunan-ganolog (manmukh) ac yn fwy Duw-ganolog (gurmukh). Mae dod yn Dduw-ganolog yn rhan hanfodol o'r daith ysbrydol Sikhaidd sy'n arwain at undeb â Duw.

Gweithgareddau

Ymarfer cydraddoldeb

Ynystod gwers sydd yn union o flaen y wers addysg grefyddol, rhowch wybod i blant y dosbarth eich bod yn awyddus i gynnal arbrawf, ac fe hoffech chi i'r plant ddweud wrthyh chi wedyn beth oedd eu barn am yr arbrawf. Beth bynnag yw'r wers honno, rhannwch y plant ar hap yn grwpiau, a threfnwch y byrddau fel bod y grwpiau'n cael eu gwahanu'n bendant, a'u cadw ar wahân. Byddwch yn nodi lliw neu siâp i gynrychioli pob grŵp. Yna, fe fydd yr aelodau sydd ym mhob grŵp yn cael sticer gyda'r lliw neu'r siâp neilltuol arno, i'w sticio ar eu gwisg, i ddangos eu bod yn perthyn i'r grŵp. Bydd rhaid i'r grwpiau gadw at rai rheolau pendant wedyn. Fydd y grwpiau ddim yn cael:

- siarad â neb o'r grwpiau eraill yn y dosbarth;
- rhannu pethau â neb o'r grwpiau eraill (fel pensiliau, rhwbiwr, pren mesur ac ati).

Ewch trwy'r wers, gan gadw at y rheolau yma. Tua diwedd y wers, rhowch wybod i'r plant yr hoffech chi ymestyn yr arbrawf i ddau faes arall ymhellach. Fydd aelodau'r grwpiau ddim yn cael:

- chwarae â neb sy'n perthyn i grŵp arall yn ystod

amser yr egwyl;

- eistedd yn ymyl rhywun o grŵp arall yn ystod amser cinio.

Yn y wers addysg grefyddol, fydd yn dilyn yn union ar ôl y cyfnod arbrawf yma, darllenwch bennod 5 o'r llyfr stori Archwilio Sikhiaeth. Gofynnwch i'r plant roi adborth i chi beth oedd eu barn am y rhaniadau gafodd eu creu dros dro, yn y dosbarth. Cysylltwch hyn â'r rhaniadau sy'n cael eu dyfynnu yn y llyfr stori, a chred y Sikhiaid mewn cydraddoldeb i bawb. Mae Sikhiaid yn dangos cydraddoldeb yn eu harferion crefyddol trwy gymryd eu tro i wneud gwaith sylfaenol yn y gurdwara, bwyta gyda'i gilydd, a rhannu karah prashad gyda'i gilydd.

Rhowch y byrddau a'r plant yn ôl yn eu llefydd iawn, a thynnwch y sticeri oddi ar eu gwisg. Gwnewch y melysfwyd karah prashad (gan ddilyn y cyfarwyddiadau ar y daflen waith 'Gwneud karah prashad', a'i rannu â'r dosbarth.

Nodwch: defnyddiwch liwiau neu siapiau i wahaniaethu er mwyn osgoi unrhyw stereoteipio confensiynol, a dim ond am gyfnod byr y dylech chi gynnal gweithgaredd yr arbrawf.

Geiriau Allweddol

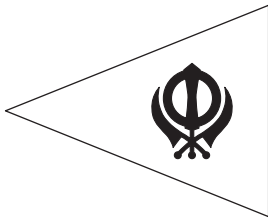
Baisakhi	gŵyl Sikhaidd yn nodi dechrau'r flwyddyn newydd a sefydlu'r Khalsa	karma	gweithred: mae gweithredoedd cadarnhaol (karma) a gweithredoedd negyddol (karma)
chauri	gwyntyll sy'n cael ei chwifio dros y Guru Granth Sahib fel arwydd o barch	Kaur	teitl sy'n cael ei roi i bob benyw Sikhaidd, yn golygu 'tywysoges'
y Pum K	y pum symbol sy'n cael eu harddangos gan un sydd wedi'i dderbyn yn Sikh, pob un yn dechrau â'r llythyren K	Kesh	un o'r Pum K: gwallt heb ei dorri
granthi	un sy'n gofalu am y Guru Granth Sahib ac yn darllen ohono	Khalsa	cymuned o Sikhiaid sydd wedi mynd trwy seremoni derbyn
gurdwara	man addoli Sikhaidd, lle caiff y Guru Granth Sahib ei gadw	khanda	y prif symbol a gysylltir â Sikhiaeth
gurmukh	y ddelfryd o fod yn Dduw-ganolog	Kirpan	un o'r Pum K: cleddyf
guru	athro ac arweinydd crefyddol	kirtan	canu emynau i addoli Duw
Guru Granth Sahib	lyfr cysegredig pwysicaf Sikhiaeth, gaiff ei alw hefyd yn Adi Granth	langar	cegin ac ystafell fwyta mewn gurdwara
hukam	arweiniad neu orchymyn Duw sy'n dod o ddehongli'r Guru Granth Sahib	manmukh	hunan-ganolog (mewn gwrthgyferbyniad i'r ddelfryd o fod yn Dduw-ganolog neu gurmukh)
Kachera	un o'r Pum K: siorts gwyn	Nam Simran	adrodd enw Duw
Kangha	un o'r Pum K: crib i gadw gwallt, sydd heb ei dorri, yn daclus	seva	gwasanaethu eraill
Kara	un o'r Pum K: breichled	Singh	teitl sy'n cael ei roi i bob gwryw Sikhaidd, yn golygu 'llew'
		Waheguru	un o'r enwau Sikhaidd am Dduw, yn golygu 'Arglwydd Rhyfeddol'

Ysgrifennu stori

Dychmygwch eich bod wedi ymweld â gurdwara gyda ffrind sy'n Sikh. Ysgrifennwch stori am eich ymweliad, gan roi manylion am bob rhan welsech chi, a'r pethau oedd yno. Bydd y lluniau a'r disgrifiadau yma yn eich helpu.

baner

Mae'r Nishan Sahib (y faner) yn chwifio uwch ben y gurdwara. Triongl o ddefnydd melyn yw'r faner gyda'r khanda arno.



rhesel esgidiau

Fel arwydd o barch, mae'r bobl yn tynnu eu hesgidiau ac yn eu gadael wrth fynedfa'r gurdwara.



ystafell ymolchi

Cyn addoli, mae'r bobl yn golchi eu dwylo ac yn gorchuddio'u pen â sgarff neu gap.



ragis

Mae cerddorion yn eistedd ar lwyfan isel yn ymyl y takht. Efallai eu bod yn chwarae'r tabla (=drymiau) a'r baja (=harmoniw).m).



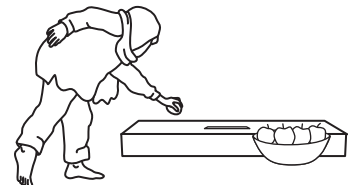
takht (=gorsedd)

Mae'r Guru Granth Sahib yn gorffwys ar lwyfan arbennig a chanopi uwch ei ben. Fe fydd y bobl yn ymgrymu neu'n penlinio o'i flaen pan fyddan nhw'n dod i mewn i'r neuadd.



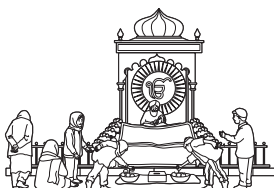
golak

O flaen y takht mae bocs hir. Ar hwn mae pobl yn gosod offrwm o fwyd neu arian.



neuadd diwan

Mae'r neuadd addoli'n cael ei haddurno â thinsel a goleuadau bach. Mae'r bobl yn eistedd ar y carped i wrando, dysgu ac addoli. Fe fydd y dynion a'r bechgyn yn eistedd ar un ochr, a'r merched a'r genethod yn eistedd yr ochr arall.



cegin ac ystafell fwyta

Fe fydd Sikhiaid yn cymryd eu tro i baratoi bwyd, a'i weini i'r bobl sy'n ymweld â'r gurdwara. Mae pawb yn bwyta gyda'i gilydd, i ddangos eu bod yn gyfartal.



gwely â chanopi

Ar ddiwedd y dydd, mae'r Guru Granth Sahib yn cael ei roi i orffwys mewn ystafell arbennig, ar wely â chanopi uwch ei ben. Mae'n cael yr un math o barch ag y byddai Guru byw yn ei gael.



Gwneud Khanda

Arwyddlun y Sikhiaid yw'r Khanda. Mae wedi'i enwi ar ôl y cleddyf deufin sydd yng nghanol yr arwydd. Mae i'w weld y tu mewn a thu allan i'r gurdwara. Fe allai fod yn llun ar y faner, neu'n fodel wedi'i wneud o bres, neu'n blac pren. Mae'r arwydd yn gyfuniad o dri symbol gwahanol sy'n dangos beth mae'r Sikhiaid yn ei gredu am Dduw.

1. Cleddyf deufin arbennig yw'r **Khanda**. Mae'n cynrychioli grym Duw.
2. Cylch sydd heb ddechrau na diwedd yw'r **Chakra**. Mae'r Sikhiaid yn credu mewn un Duw, sydd heb ddechrau na diwedd.
3. Dau gleddyf yw'r **Kirpans**. Maen nhw'n dangos grym ysbrydol a grym daearol. Maen nhw'n atgoffa Sikhiaid bod angen brwydro, weithiau, dros yr hyn sy'n iawn.

Fe fydd arnoch chi angen

pensil

cerdyn adeiladwaith

glud

cwmpas neu dempled

cyllell grefft neu siswrn

ffoil

Beth i'w wneud

1. Tynnwch lun tair rhan y Khanda ar gerdyn adeiladwaith. Defnyddiwch gwmpas neu dempled i ffurfio'r cylch.
2. Torrwch allan y rhannau a'u gorchuddio â ffoil.
3. Gludiwch y tair rhan gyda'i gilydd. (Yn aml, nid yw glud yn dal ffoil ynghyd yn dda iawn. Felly, cyn gludio, fe fydd angen i chi dynnu darn bach o'r ffoil lle mae'r rhannau'n cyffwrdd. Rhowch y glud yn union ar y cerdyn.)



Diwrnod Baisakhi

Darllenwch y stori yma a llenwi'r bylchau â'r geiriau coll.

Sefydlwyd Sikhiaeth tua'r _____ 1500 gan Guru Nanak. Er ei fod wedi'i fagu fel Hindŵ, roedd ganddo ffrind agos oedd yn Fwslim ac roedd Nanak wedi _____ llawer am y ddwy grefydd. Roedd yr Hindŵiaid a'r Mwslimiaid yn _____ yn barhaus am grefydd, ac roedd Nanak yn dyheu am ffordd symlach o addoli Duw. Pan oedd tua 30 oed, cafodd brofiad arbennig a wnaeth iddo _____ bod Duw ym mhob man, ac yng nghalon pawb, nid dim ond mewn gweithredoedd crefyddol. Fe ddechreuodd addysgu'r bobl am hyn.

Doedd hi ddim yn amser hawdd i Sikhiaid. Yn y flwyddyn 1699, tua dau gan mlynedd ar ôl i Sikhiaeth ddechrau, roedd y Sikhiaid wedi bod yn _____ am dros bedwar deg o flynyddoedd. Y rheswm am hyn oedd bod ymerawdwr India yn _____ derbyn yr hyn roedden nhw'n ei gredu. Roedd rhai Sikhiaid wedi cael eu lladd. Roedd Sikhiaid eraill wedi dechrau cuddio'u cred. Ond credodd un dyn ei bod hi'n amser i Sikhiaid _____ eu bod yn _____, a dangos eu bod yn falch o'u ffydd, hyd yn oed bod yn barod i _____ dros eu ffydd os oedd rhaid.

Pan ddaeth y Sikhiaid at ei gilydd i _____ gŵyl Diwrnod Baisakhi, safodd Guru Gobind Singh ar ei draed a gofyn, 'Wnaiff unrhyw un yma farw dros of fi? Pwy sy'n _____ i brofi ei ffydd a chynnig ei ben i mi?' Roedd y dyrfa yn ddistaw iawn, ac wedi cael braw wrth feddwl am y fath beth. Ond yn y diwedd, daeth un Sikh dewr _____, ac aeth y ddau gyda'i gilydd i mewn i'r babell. Ymhen ychydig funudau, daeth Guru Gobind Singh allan o'r babell ar ben ei hun. Roedd ei gleddyf yn diferu o waed. Gofynnodd am ragor o Sikhiaid oedd yn barod i farw dros eu ffydd. Fesul un, fe gerddodd pedwar Sikh arall i'r babell. Yr un fath eto, wedi i bob un fynd i mewn, fe gerddodd y guru allan ar ben ei hun, a'i gleddyf yn _____ o waed

Aeth llawer o Sikhiaid oddi yno, mewn braw, yn credu bod eu guru wedi mynd yn wallgof. Ond fe gafodd y rhai a arhosodd i wyllo _____ mawr pan welson nhw'r pum Sikh yn cerdded allan o'r _____ mewn gwisgoedd gwyn glân. Roedden nhw'n fyw! Roedd hyn wedi bod yn brawf ar eu dewrder a'u hymrwymiad i'w ffydd. Y pump yma oedd _____ cyntaf y Khalsa. Fe fydden nhw'n _____ gwisg arbennig er mwyn i bawb wybod mai Sikhiaid oedden nhw. Fe fydden nhw'n barod i gynnig eu bywydau dros ryddid a chyfiawnder i bawb.

Ers y diwrnod hwnnw, nid yw Sikhiaid yn _____ eu ffydd. Mae dynion a merched yn parhau i _____ â'r Khalsa, ac yn gwisgo'r wisg arbennig, sef y pum K. Maen nhw'n falch o gael dangos eu bod yn Sikhiaid ac yn barod i _____ dros eu ffydd. Mae Diwrnod Baisakhi yn adeg arbennig i gofio am hyn.



Geiriau i'w defnyddio

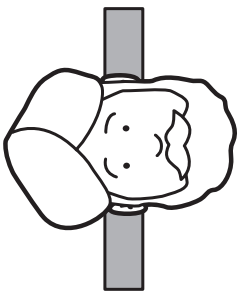
aelodau	dadlau	ddangos	flwyddyn	gwrthod
babell	diferu	ddathlu	frwydro	syndod
barod	dioddef	ddewr	gredu	ymlaen
cuddio	dysgu	farw	gwisgo	ymuno

Gwisgo am Amrit Singh

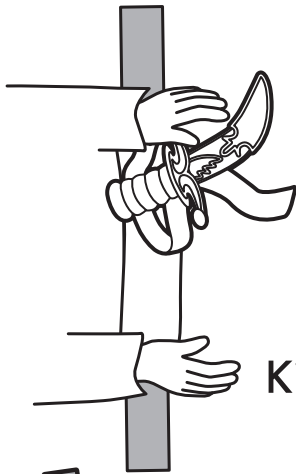
Un o filwyr y Panj Pyare yw Amrit Singh. Ar Ddiwrnod Baisakhi, ym mhob tref neu bentref, mae pump o ddynion yn gwisgo gwisg arbennig. Fe fyddan nhw'n atgoffa'r bobl o bum aelod cyntaf y Khalsa, oedd yn barod i roi eu bywydau er mwyn eu Guru.

Beth i'w wneud

1. Llungopiwch y dudalen yma ar gerdyn tenau.
2. Lliwiwch Amrit, ei ddillad, a'r pum K, a'u torri allan.
3. Gwisgwch Amrit fel un o filwyr y Panj Pyare.
4. Plygwch ar hyd y llinell doredig sydd bob ochr i'w draed, i wneud iddo sefyll.



Kesh

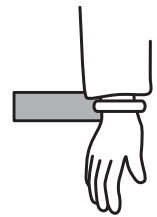
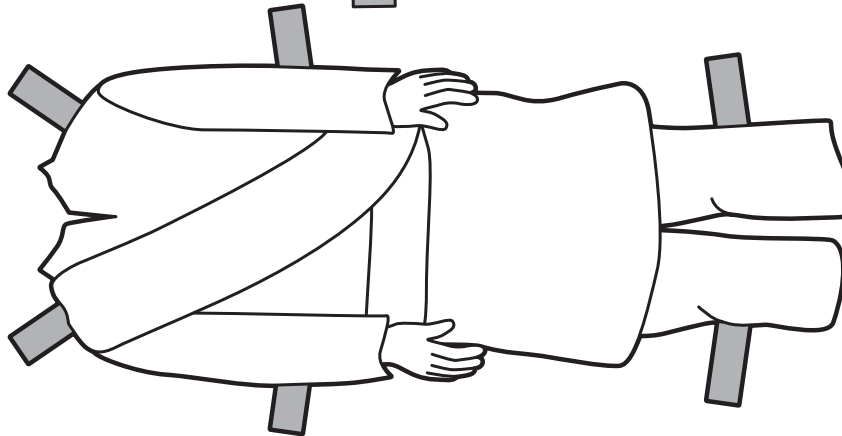


Kirpan

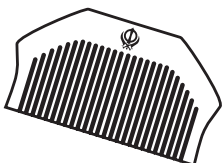


Kachera

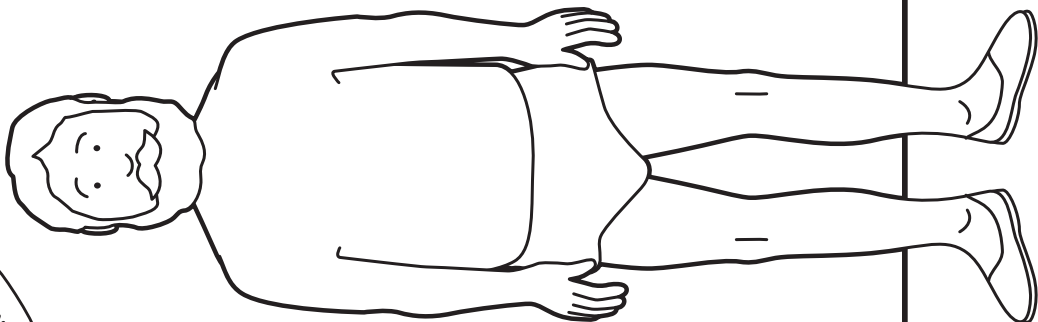
Lliwiwch y wisg a'r twrban yn felyn llachar. Lliwiwch y gwregys a'r sash yn las.



Kara



Kangha



Gwneud ffrâm llun

Mae Sikhiaid yn ystyried y deg guru'n bwysig fel arweinwyr yn eu bywydau. Yn aml, fe fyddan nhw'n arddangos lluniau o'r gurus yn y gurdwara, neu yn eu cartrefi.

Pwy sy'n bwysig yn eich bywyd chi? At bwy rydych chi'n edrych am arweiniad i'ch bywyd? Chwiliwch am ffotograff o'r person hwnnw, neu gwnewch lun ohono neu ohoni, a'i arddangos mewn ffrâm arbennig.

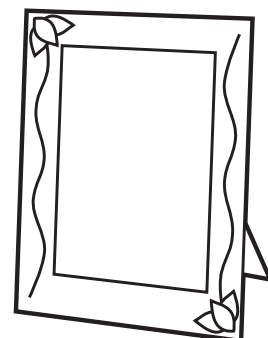
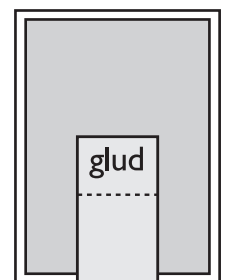
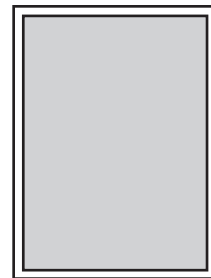
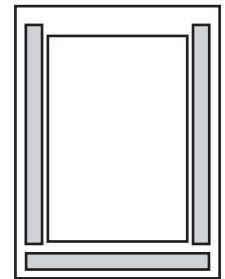
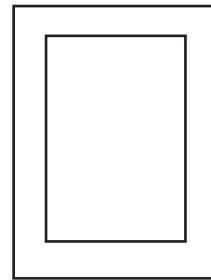
Fe fydd arnoch chi angen

cerdyn adeiladwaith
cyllell grefft
addurn

siswrn
glud

Beth i'w wneud

1. Torrwch ffrâm o gerdyn. Dewiswch faint a siâp i weddu i'ch llun. Rhaid i ymyl fewnol y ffrâm fod ychydig yn llai na'ch llun.
2. Ar gefn y ffrâm, gludiwch sribedi o gerdyn ar dair o'r ochrau. Fe fydd hyn yn rhoi lle i'r llun y tu mewn i'r ffrâm. Mae un ochr yn cael ei gadael yn agored i wthio'r llun i mewn.
3. Torrwch ddarn o gerdyn i'w osod ar gefn y ffrâm. Gludiwch y cerdyn yma ar y tri sribed. (Os yw'r glud yn peri i'r ffrâm grychu, gadewch y ffrâm i sychu dros nos mewn bag plastig, o dan bwysau nifer o lyfrau trymion.)
4. Gwnewch stand i'r ffrâm. Torrwch betryal o gerdyn cryf. Plygwch tua un rhan o dair ohono, a gludiwch y rhan sydd wedi'i phlygu ar gefn y ffrâm.
5. Addurnwch y ffrâm. Fe allech chi ei phaentio neu ei gorchuddio â sribedi ffoil. Er mwyn cael effaith 2D, addurnwch y ffrâm â sribedi ffoil gwahanol liwiau ar ôl i chi roi cot o liw i'r ffrâm yn gyntaf. Os ydych chi am greu effaith 3D, trochwch ddarnau o linydd mewn glud PVA a'u gosod mewn ffordd addurnol ar y ffrâm yn gyntaf, neu ludio siapiau pasta arni, a'i phaentio wedyn. (Os hoffech chi chwistrellu'r ffrâm â phaent lliw aur neu arian, fe fyddai'n well i oedolyn eich helpu i wneud hyn yn yr awyr agored, oherwydd arogl y paent.)



Arweinwyr bywyd

Mae gan Sikhiaid gurus i'w harwain ar eu taith tuag at Waheguru, sef Duw. Mae deg guru yn arweiniad i'r bobl. Y guru olaf yw llyfr o'r enw Guru Granth Sahib. Pan fydd Sikhiaid angen help ac arweiniad ar sut i fyw, maen nhw'n gofyn i'r Guru Granth Sahib.

Mae gennym ninnau nifer o arweinwyr yn ein bywydau hefyd. Darllenwch beth mae'r plant yma'n ei ddweud am eu harweinwyr nhw mewn bywyd. Torrwch allan y blychau, a'u gosod yn y drefn sy'n bwysig yn eich golwg chi. Llenwch y blwch gwag gyda gwybodaeth am eich arweinydd chi mewn bywyd.

Seren bop yw arweinydd Ryan mewn bywyd.

'Mae fy hoff ganwr pop yn byw bywyd cyffrous. Mae ganddo lais da a llawer o arian. Rhaid ei fod yn beth braf iawn cael y dillad a'r ceir crand, a chael mynd i'r holl bartion!'



Ffrind sy'n wael iawn yw arweinydd Catrin mewn bywyd.

'Mae fy ffrind yn ddewr iawn. Mae hi bob amser yn hapus ac yn gwenu. Mae hi'n dangos i mi fod pobl yn gallu bod yn ddewr hyd yn oed pan fydd pethau'n anodd.'



Arweinydd clwb yw arweinydd Peter mewn bywyd.

'Mae arweinydd fy nghlwb karate bob amser yn cymryd rhan mewn rasys marathon a theithiau beicio noddedig, i godi arian at wahanol elusennau. Mae'n defnyddio ei sgiliau i helpu pobl eraill.'



Arweinydd crefyddol yn y man lle mae'n addoli yw arweinydd Gareth mewn bywyd.

'Mae ficer fy eglwys yn fy helpu i ddeall Duw'n well, ac yn fy helpu i wybod sut i fyw fy mywyd mewn ffordd sy'n gwneud Duw yn hapus.'



Aelod o'i theulu yw arweinydd Sara mewn bywyd.

'Mae gan fy nain amser i'w roi i mi bob tro. Mae'n dweud storiâu wrthyf fi ac yn gwrando arnaf fi. Mae hi'n ddoeth iawn am ei bod hi wedi byw am lawer o flynyddoedd.'



Athrawes yw arweinydd Caron mewn bywyd.

'Mae gan fy athrawes lawer o wybodaeth am bob math o bynciau. Mae hi'n gallu ateb bron bob cwestiwn anodd. Os dydi hi ddim yn gwybod beth yw'r ateb, mae'n gwybod ble i chwilio er mwyn dod o hyd i'r ateb.'



Seren o fyd chwaraeon yw arweinydd Tomos mewn bywyd.

'Mae fy hoff seren o fyd chwaraeon yn ymarfer yn galed i fod yn un o'r rhai gorau yn ei faes. Rhaid ei fod yn deimlad braf ennill medal mewn cystadleuaeth!'



Fy arweinydd i mewn bywyd yw

Gofalu am y byd

Pam?

Mae Sikhiaid yn credu ei bod hi'n bwysig gofalu am y byd am mai Waheguru sydd biau'r byd. Trafodwch gyda'ch ffrindiau pam rydych chi'n meddwl ei bod hi'n bwysig gofalu am y byd. Ysgrifennwch bedwar rheswm yma.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

Sut?

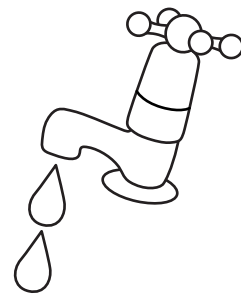
Mae Sanjit a Yasmin yn sôn am sawl ffordd y bydd Sikhiaid yn gofalu am y byd. Nodwch y rhain yma, ac ysgrifennwch unrhyw ffyrdd eraill y gallwch chi feddwl amdanyn nhw hefyd.

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Beth allwch chi ei wneud?

1. Dewiswch un ffordd o ofalu am y byd.
2. Dyluniwch a gwnewch boster yn darlunio hyn.
3. Gosodwch eich poster i'w arddangos yn yr ysgol neu yn eich cartref.
4. Cynlluniwch sut i wneud hyn. Efallai y bydd angen i chi drafod gyda'ch teulu, neu siarad â'ch ffrindiau am beth mae'r poster yn ei dweud.

Arbedwch ddŵr

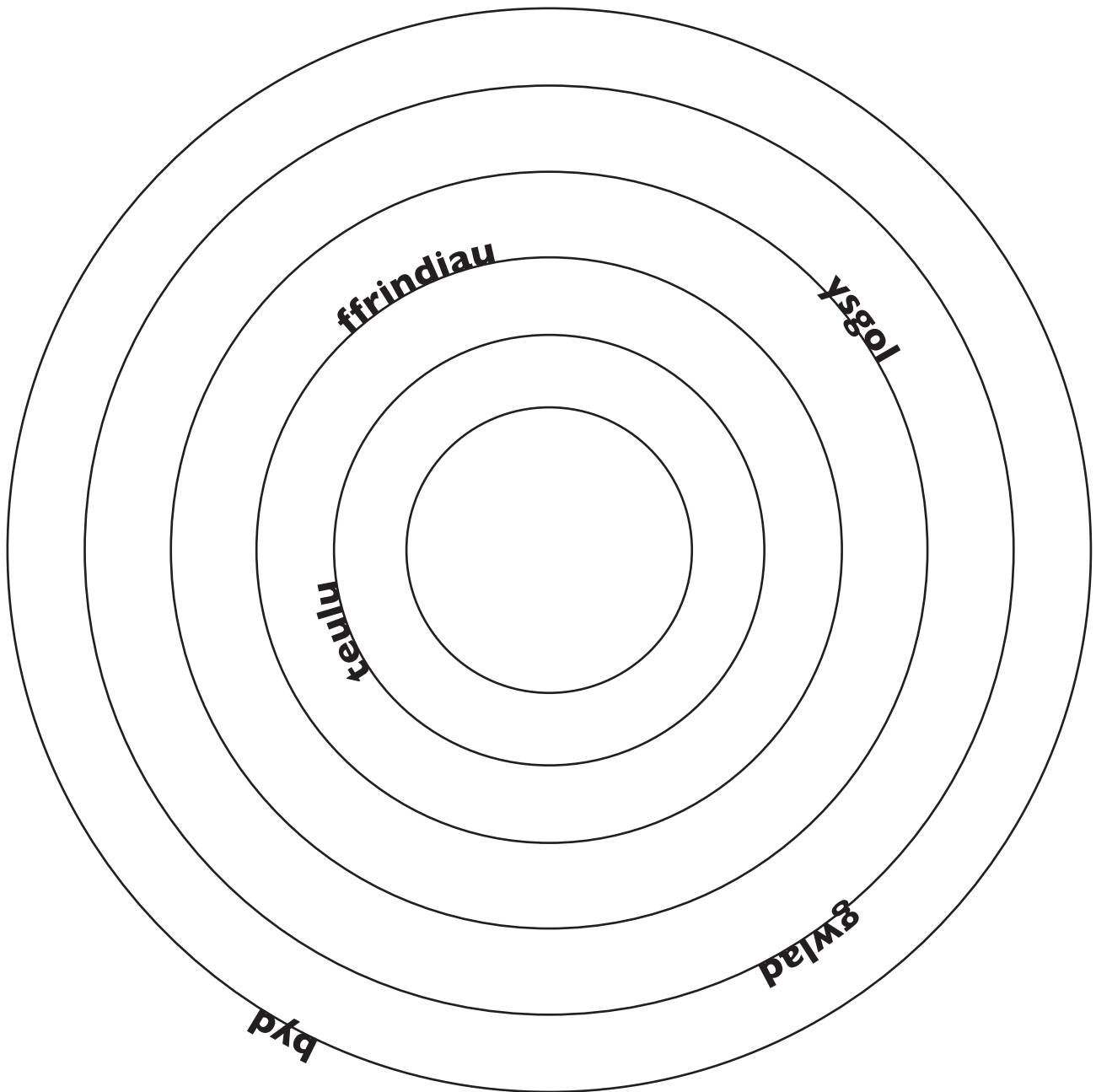


Caewch bob tap sy'n diferu

Crychdonnau yn y byd






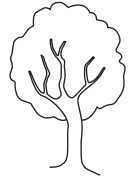
Os ydyn ni'n taflu carreg i lyn, rydyn ni'n creu cylchoedd o grychdonnau, sy'n ymledu allan. Mae popeth wnawn ni, fel hyn. Mae beth bynnag rydyn ni'n ei wneud yn effeithio ar y bobl o'n cwmpas. Mae beth bynnag rydyn ni'n ei wneud yn effeithio ar y byd rydyn ni'n byw ynddo.

Tynnwch lun ohonoch chi'ch hun yng nghanol y cylch. Ysgrifennwch, neu gwnewch luniau ar y crychdonnau, y pethau y gallwch chi eu gwneud er mwyn gwneud gwahaniaeth, er gwell, i'r bobl neu'r llefydd sydd wedi'u nodi ar y cylchoedd.



Ysgrifennu cerdd

Yn y Guru Granth Sahib (llyfr sanctaidd y Sikhiaid) mae llawer o emynau a cherddi wedi'u hysgrifennu gan y gurus. Dyma addasiad o un o gerddi'r Guru Granth Sahib, am ryfeddodau'r byd y mae Duw wedi'i greu.

  	<p>Pobl, coed, llefydd sanctaidd, arfordiroedd, cymylau, caeau, nysoedd, cyfandiroedd, cyfanfydoedd, sfferau a systemau haul, ffurfiau ar fywyd - wedi'u geni o wyau, o'r groth, o'r ddaear, trwy chwys, Duw yn unig sy'n gwybod am eu bodolaeth, yn y cefnforoedd, yn y mynyddoedd, ym mhob man. Dywed Nanak mai Duw â'u creodd, ac mae Duw yn gofalu am bob un.</p>	  
---	---	---

Beth i'w wneud

1. Ysgrifennwch eich cerdd eich hun am ryfeddodau'r byd. Dechreuwch lunio'ch drafft cyntaf ar y dudalen yma.
2. Copiwch eich cerdd ar bapur gorau, a'i addurno â border o luniau'r pethau rydych chi'n sôn amdanyn nhw.

Fy ngherdd - drafft cyntaf

Gwneud karah parshad

Ystyr karah parshad yw melyn sanctaidd. Mae hwn yn cael ei rannu â phawb ar ddiwedd gwasanaethau'r Sikhiaid. Mae'n arwydd bod pawb yn gyfartal.

Fe fydd arnoch chi angen

I llond cwpan o siwgr

I llond cwpan o semolina

I llond cwpan o fenyn heb ei halltu

½ llond cwpan o ddŵr

Beth i'w wneud

1. Toddi'r menyn mewn sosban ar wres isel.
2. Ychwanegu'r semolina a'i droi'n ofalus. Parhau i'w droi tra mae'n coginio am ychydig funudau, nes bydd yn lliw brown euraid.
3. Ychwanegu'r siwgr a'r dŵr a'i gymysgu. Parhau i'w droi ar wres isel nes bydd wedi tewychu.
4. Ei adael i oeri.
5. Yna, ei rannu â phobl eraill. Cofiwch mai rhywbeth melyn i'w rannu yw Karah parshad, nid rhywbeth i'w fwyta ar ben eich hun.



Cynllunio chwarae rôl

Dychmygwch fod Rhys a Sara, neu ddau blentyn arall, yn ymweld â chegin ac ystafell fwyta mewn gurdwara. Beth fydden nhw'n ei weld yno? Beth fyddai'r bobl yn ei wneud yno? Trefnwch chwarae rôl o'r olygfa.

Un ffordd o ddechrau

1. Meddyliwch am bob gwaith sydd angen ei wneud yn y gegin, ac yn yr ystafell fwyta, i gadw'r lle i fynd o ddydd i ddydd.
2. Penderfynwch pa waith y bydd pob un o blant eich grŵp neu eich dosbarth yn ei 'wneud'. Meddyliwch pa symudiadau y bydd angen iddyn nhw'u gwneud. Gall rhai o'r plant actio eu bod yn bwyta yn yr ystafell fwyta.
3. Penderfynwch pa ran o'r dosbarth neu'r neuadd fydd y gwahanol rannau o'r gegin a'r ystafell fwyta.
4. Cynlluniwch eich chwarae rôl, efallai gyda 'Rhys a Sara' yn holi'r bobl pam eu bod yno, a pham eu bod yn gwneud yr hyn maen nhw'n ei wneud.



Ein drama

rolau

actorion

lleoliad

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Fy Ngeiriadur

Fe fyddwch chi'n dod ar draws nifer o eiriau newydd yn y stori *Archwilio Sikhiaeth*. Bydd rhai yn eiriau Cymraeg, ac eraill yn eiriau Pwnjabeg. Cadwch gofnod o'r geiriau newydd, ynghyd â'u hystyron.

gurdwara y man lle mae Sikhiaid yn mynd i ddysgu am Waheguru, ac i addoli. Ystyr y gair yw 'drws y guru'

Waheguru enw'r Sikhiaid am Dduw. Ystyr y gair yw 'Arglwydd Rhyfeddol'

guru athro ac arweinydd. Mae guru yn addysgu'r bobl am Waheguru, ac yn dangos sut mae Waheguru eisiau i'r bobl fyw

Ysgrifennu erthygl

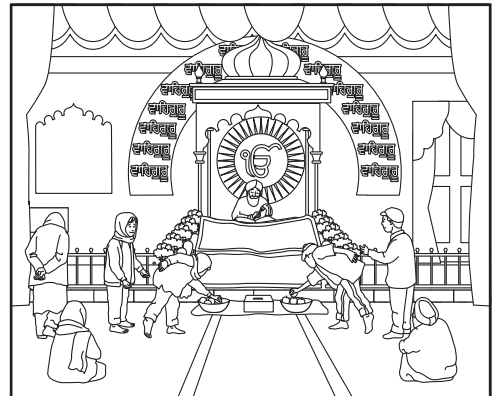
Defnyddiwch y cyfrifiadur i ysgrifennu eich erthygl eich hun am *gurdwara'r Sikhiaid*. Rhowch bennawd diddorol i'ch erthygl, a borderi a lluniau. Fe fydd y pwyntiau yma'n eich helpu gyda'ch gwaith cynllunio.

Y gurdwara

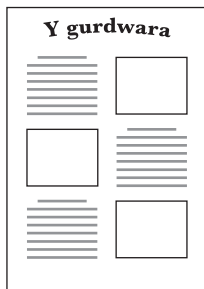
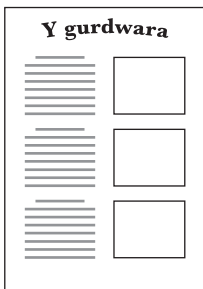
Dechreuwch gyda'ch pennawd. Arbrofwch gyda gwahanol arddulliau i ddod o hyd i'r un rydych chi'n ei hoffi orau. Rhowch gynnig ar WordArt, neu edrychwch ar wahanol ffontiau ar eich cyfrifiadur. Ydych chi eisiau iddo fod mewn print trwm, italig, wedi'i ganoli, mewn lliw, yn fawr neu'n fach? Arbrofwch gyda gwahanol gyfuniadau.

Neuadd diwan

Cynlluniwch eich erthygl. Efallai y bydd hi'n haws i chi ysgrifennu am dair neu bedair gwahanol ran o'r gurdwara, gyda phennawd ar gyfer pob rhan. Fe allech chi ddewis yr ystafell ymolchi, y neuadd diwan, y gegin, a gwely'r Guru Granth Sahib.



Meddyliwch am y ffordd rydych chi'n mynd i osod eich erthygl. Mae'n bosib iddi ymestyn ar draws y dudalen gyfan, neu fe allech chi roi rhan o'r erthygl mewn dwy golofn. Hoffech chi roi llun yn ymyl, neu o dan bob rhan o'r erthygl? Arbrofwch gyda gwahanol ffyrdd o'i gosod.



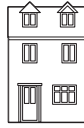
Fe fydd eich erthygl yn edrych yn well os oes cyfuniad o ysgrifen a lluniau ar eich tudalen. Chwiliwch am luniau yn Clip Art, neu ar y rhyngwyd. Neu, fe allech chi dynnu eich lluniau eich hun, a'u sganio i'ch cyfrifiadur.

Efallai y byddech chi'n hoffi ychwanegu gwybodaeth arbennig, neu gynnwys sylw rydych chi eisiau iddo fod yn amlwg yn eich erthygl. Rhowch forder o gwmpas y darn hwnnw. Fe allech chi roi cyfeiriad y gurdwara leol, neu ysgrifennu sawl gurdwara sydd yng Nghymru neu ym Mhrydain. Os ydych chi'n adnabod rhywun sy'n addoli mewn gurdwara, gofynnwch iddyn nhw am sylwadau personol. Ceisiwch ddod o hyd i wybodaeth ddifyr fydd yn gwneud eich erthygl yn fwy personol ac yn ddiddorol.

Dod o hyd i'r llefydd

Chwiliwch am y llefydd y bu Rhys a Sara yn ymweld â nhw yn y stori.

Tynnwch lun tŷ Anti Hafwen
Mae hi'n byw yn (2 , 8).



Mae Sanjit a Yasmin yn byw yn y
Maen nhw'n byw yn (__ , __).



Y gurdwara yw'r
Mae yn (__ , __).



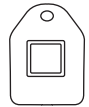
Y sinema yw'r
Mae yn (__ , __).



Y planetariwm yw'r
Mae yn (__ , __).



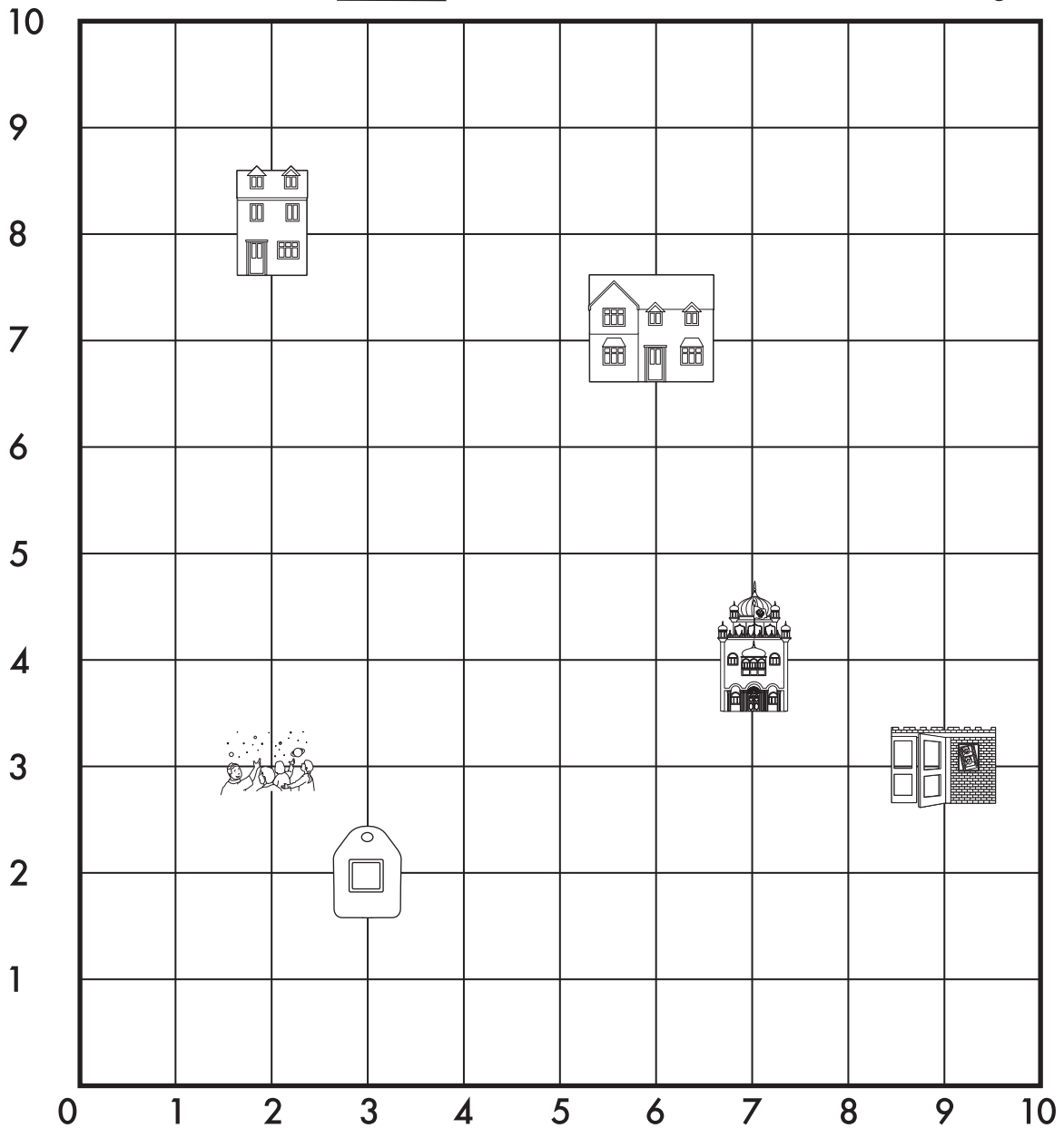
Y banc ailgylchu poteli a phapur yw'r
Mae yn (__ , __).



Tynnwch lun y parc.
Mae yn (5 , 9).



Tynnwch lun bws i'w hanfon adref.
Mae yn (9 , 1).



Crefyddau'r Byd Heddiw

Llawlyfr athrawon

Mae'r llawlyfr athrawon yn rhan o Gyfres Crefyddau'r Byd Heddiw, sy'n cynnwys saith llyfr stori ar gyfer plant 8 -11 mlwydd oed. Yn y gyfres mae'r disgyblion a'r athrawon yn cael eu gwahodd i ymuno â dau blentyn o'r enw Rhys a Sara sy'n dysgu mwy am eu ffrindiau o saith traddodiad crefyddol:

- Eglwys Anglicanaidd
- Bwdhaeth
- Eglwys Unionged Ddwyreiniol
- Hindŵaeth
- Islam
- Iddewiaeth
- Sikhiaeth

Mae'r llawlyfr athrawon yn rhoi:

- gwybodaeth gefndirol gynhwysfawr am y saith traddodiad crefyddol
- gweithgareddau dosbarth
- taflenni gwaith y mae'n bosib eu llungopïo
- rhestr geiriau allweddol

