BETH YW AGWEDD DYNEIDDIAETH TUAG AT FYW BYWYD HAPUS?

Un bywyd sydd gennym ni felly dylem ni **wneud y gorau o fywyd**. Dylem ni geisio **hapusrwydd** yn y presennol a dylem ni gefnogi pobl eraill i wneud yr un peth. Mae modd dod o hyd i hapusrwydd yn ein perthynas â ffrindiau a theulu, mewn creadigrwydd, wrth wneud y byd yn lle gwell.

JESSICA

Dylem ni i gyd fod yn **rhydd** i ddod o hyd i'r hyn sy'n ein gwneud yn hapus. Dylem ni fod yn rhydd i ddewis yr hyn yr ydym yn ei gredu a sut yr ydym yn byw, ar yr amod nad ydym yn achosi niwed.

HARI

Mae gennym ni **gyfrifoldeb** i feddwl yn ofalus ynghylch sut i fyw ac i wneud ein penderfyniadau ein hunain yn hynny o beth. Mae angen i ni ystyried canlyniadau ein gweithredoedd ar bobl eraill, anifeiliaid a'r blaned. Dylem ni geisio creu byd lle mae pawb yn cael y **cyfle** i ddod o hyd i hapusrwydd yn y presennol.

GUY

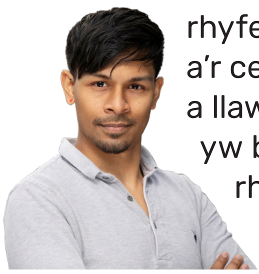
Mae bod yn hapus a **bod yn dda** yn mynd gyda'i gilydd. Nid yw'n ddewis rhwng y naill neu'r llall. Gall fod yn anodd bod yn dda i bobl eraill os nad ydym yn hapus ein hunain. Mae tystiolaeth dda hefyd y gall gwneud pobl eraill yn hapus ein gwneud ni'n hapus.

ZENA

I mi, y **cysylltiadau** yr ydym ni'n eu gwneud sy'n gwneud bywyd yn ystyrlon: cysylltiadau â phobl eraill, cysylltiadau â'r stori ddynol barhaus, cysylltiadau â'r byd naturiol a chydnabyddiaeth o'n lle ynddo.

JENNY

Mae rhai pobl yn gofyn ydy dealltwriaeth ddyneiddiaeth o fywyd yn gadael lle ar gyfer syndod neu **ryfeddod**. Yr ateb yw ydy! Gall gwyddoniaeth, y byd naturiol, a'r stori ddynol fod yn ffynonellau rhyfeddod. Gall creadigrwydd a'r celfyddydau ddod â chysur a llawenydd. I ddyneiddwyr, nid yw bywyd heb grefydd yn llai rhyfeddol.



IMTIAZ

© HUMANISTS UK 2021