Gweddi

Arglwydd Dduw, rhoddwr bywyd,
rwyt yn ein bendithio â phopeth y mae ei angen arnom –
a chymaint mwy.
Cadw ni rhag canolbwyntio cymaint ar ein hanghenion corfforol
fel ein bod yn esgeuluso ein bwyd ysbrydol.
Bwyda ni â'th air,
bodlona ni â'th bresenoldeb,
a nertha ni â'th Ysbryd –
fel y cawn rannu dy fywyd tragwyddol. **Amen.**

EXODUS 16: 1-3; 11-15

Yna aeth pobl Israel ymlaen o Elim a chyrraedd Anialwch Sin, sydd rhwng Elim a Sinai, ar y pymthegfed diwrnod o'r ail fis ers iddyn nhw adael gwlad yr Aifft. Pan oedden nhw yn yr anialwch, dyma nhw i gyd yn dechrau ymosod ar Moses ac Aaron unwaith eto. "Byddai'n well petai'r ARGLWYDD wedi gadael i ni farw yn yr Aifft! O leia roedd gynnon ni ddigon o gig a bwyd i'w fwyta yno. Ond rwyt ti wedi dod â ni i gyd allan i'r anialwch yma i lwgu i farwolaeth!"…

A dyma'r ARGLWYDD yn dweud wrth Moses: "Dw i wedi clywed fel mae pobl Israel yn ymosod arna i. Dwed wrthyn nhw, 'Byddwch yn cael cig i'w fwyta gyda'r nos, ac yn y bore byddwch yn cael llond eich bol o fara. Byddwch yn deall wedyn mai fi ydy'r ARGLWYDD eich Duw chi.'"

Gyda'r nos, dyma soflieir yn dod ac yn glanio yn y gwersyll – roedden nhw dros bobman! Yna yn y bore roedd haenen o wlith o gwmpas y gwersyll. Pan oedd y gwlith wedi codi, roedd rhyw stwff tebyg i haen denau o farrug yn gorchuddio'r anialwch. Pan welodd pobl Israel e, dyma nhw'n gofyn i'w gilydd, "Beth ydy e?" Doedd ganddyn nhw ddim syniad beth oedd e. Ac meddai Moses wrthyn nhw, "Dyma'r bara mae'r ARGLWYDD wedi'i roi i chi i'w fwyta.

Myfyrdod

Rydym i gyd yn gallu cwyno, ac fe wnawn hynny'n aml am y pethau lleiaf. Ond yn hanes taith pobl Israel o'r Aifft yn ôl i wlad Canaan, cawn hwy yn cwyno am nad oedd ganddynt fwyd yn yr anialwch. Aethant i

feddwl y byddai'n well iddynt fod wedi aros yn gaethweision i Pharo a chael eu gwala a'u gweddill o grochenau cig gwlad yr Aifft, na llwgu i farwolaeth ar y daith adref.

Ymateb Duw yw rhoi iddynt gig a manna. Roedd eisoes wedi peri i ddŵr lifo o'r graig i'w disychedu, ac yn awr mae'n darparu bwyd iddynt hefyd. Does dim rhyfedd i hanes yr anialwch am ymwneud Duw â'i bobl ddod yn un o straeon sylfaen yr ysgrythur. Pwysleisia ras Duw a natur wrthryfelgar ei bobl.

Bydd gorfod goresgyn anawsterau yn brofiad i bawb ohonom rywbryd neu'i gilydd. Mae'r Gemau Olympaidd wedi tynnu ein sylw unwaith eto at ymroddiad a dyfalbarhad yr athletwyr, a'u penderfyniad di-ildio i ddal ati. Effeithiwyd pawb ohonynt gan yr amgylchiadau yn sgil Covid19 a wnaeth ymarfer a pharatoi yn anodd. Bu i Tom Dean, a enillodd fedal aur am nofio, ddal y clwy'. Gorfu i Lauren Williams, a enillodd fedal arian yng nghystadleuaeth y taekwando, fyw mewn carafán efo'i mam am ddeunaw mis gan ei bod yn rhy ifanc yn 14 mlwydd oed i fynychu gwersyll ymarfer. A bu Georgia Taylor-Brown, gafodd fedal arian yn y triathlon i ferched, ar faglau yn gynharach eleni.

Mae ymateb rhai cystadleuwyr gafodd eu siomi hefyd wedi bod yn ysbrydoliaeth. Bu i Emily Craig ac Imogen Grant golli'r fedal efydd mewn cystadleuaeth rwyfo o un canfed o eiliad, ond yn ôl Grant roedd eu datblygiad dros y ddwy flynedd ddiwethaf yn bwysicach nag unrhyw fedal, a gallent, meddai, fod yn falch o'u hymdrech.

Yn y Beibl y mae pob ymdrech a dyfalbarhad dynol i'w ganfod yng nghyd-destun gofal a chariad Duw, ac y mae pob anniolchgarwch a difaterwch hefyd yn cael ei weld drwy'r un sbectol. Dyna gysur a gwae y safbwynt Cristnogol.

Gweddi

O Dduw, rhoddwr manna o'r nefoedd,
darperaist ddigon ar gyfer dilynwyr Moses yn yr anialwch.
O Grist, bara'r bywyd,
bwydaist y pum mil â phum torth a dau bysgodyn.
O Ysbryd Sanctaidd y Duw byw,

sydd gyda ni bob amser,
gofynnwn i ti ein bwydo ni â'r cyfan y mae ei angen arnom,
fel y cawn ein diwallu.
Amen.

Emyn 683

Ar yrfa bywyd yn y byd
a'i throeon enbyd hi
o ddydd i ddydd addawodd ef
oleuni'r nef i ni.

Fy enaid dring o riw i riw
heb ofni braw na haint
yn ôl dy ddydd y bydd dy nerth
ar lwybrau serth y saint.

Y bywyd uchel wel ei waith
ar hyd ei daith bob dydd,
a'r sawl yn Nuw a ymgryfha
a gaiff orfwysfa'r ffydd.

O ddydd i ddydd ei hedd a ddaw
fel gwlith ar ddistaw ddôl,
a da y gwyr ei galon ef
fod gorau'r nef yn ôl.

Wel gorfoledded teulu'r fydd
yn llafar iawn eu llef,
cyhoedded pawb o ddydd i ddydd
ei iachawdwriaeth ef. J. T. JOB, 1867-1938

Ctrl a chlic

https://youtu.be/xZt2w5qu_gk

Dechrau Canu Dechrau Canmol, Llandudno, 2015

Gweddi

Diolch i ti, Arglwydd, ein bod yn medru ymddiried ynot ti ym mhob peth.
Hyd yn oed pan fyddwn yn methu deall,
pan fyddwn yn teimlo ar goll ac yn unig,
gallwn ymddiried ynot ti.
Pan fyddwn yn crwydro yn y diffeithwch,
diolch i ti dy fod yno wrth ein hochr,
dy fod yn ymestyn allan ac yn ein cyffwrdd.
Diolch i ti, Arglwydd, ein bod yn ddiogel gyda thi.
Oherwydd rwyt ti'n darparu'r cyfan y mae ei angen arnom.
Amen.

Gweddïau oddi ar wefan Roots Ecumenical Partnership