

# Bwyd



Llyfrgell Sleidiau [cllic](#)

## GWEDDI

Diolch i ti, o Dduw, am bob cynhaliaeth ac am bob cyfle i ni ddod at ein gilydd, yn gwmnïaeth gynnes, i'th foliannu di. Bendithia ni a chynnal ni. Amen

## EMYN 1 'Cydganwn foliant rhwydd'

### ARWEINYDD

Tynnu oddi ar ei brofiad personol y mae'r sawl sydd wedi llunio ein hoedfa heddiw. Mae'r Parchedig Trefor Jones-Morris wedi dewis 'Bwyd' fel y thema ar ein cyfer, ac mae'n dechrau drwy gofio am ei blentyndod ym mhentref chwarelyddol Tregarth, ger Bethesda. Fel hyn mae'n adrodd ei stori . . .

### DARLLENYDD

Ges i fy magu yn Nhregarth, Bethesda ac ro'n i'n byw yn y *police house*. Er bod fy nhad yn blisman yn y pentre, roeddau ni fel teulu yn dilyn yr arferiad lleol o gael swpar chwarael. Lobscows fel arfer, a hynny'n dilyn sŵn y trêch bach a'r 'sgidia mawr wrth i'r chwarelwyr ddod adra wedi diwrnod caled o waith.

Ond dechrau mentro wedyn i dir mwy egsoftig, a thrio bwydydd Vesta. Reis mewn cylch a'r cyrri yn y canol, neu'r chow mein yn llwythog ar y plât.

Ac yna mentro allan i lefydd bwyta o wahanol wledydd a thraddodiadau.

Ond dod yn ôl yn aml at bethau 'gwell' . . . Ffish a tships, wrth gwrs.

### ARWEINYDD

Mi gawn ni glywed rhagor o brofiadau Trefor yn y man, ond cyn hynny mi ganwn ni emyn arall.

## EMYN 12 'Ymgrymwn oll ynghyd i lawr'

**ARWEINYDD**

A rŵan mi awn ni'n ôl at brofiadau Trefor.

**DARLLENYDD**

Ro'n i'n mwynhau'r croeso wrth ymweld ag aelodau, a bwyd bob amser yn rhan o'r croeso hynny; be fasan ni'n neud heb fwyd yn ein dathliadau, boed hynny'n rhai llawen neu drist, mewn gwledd briodas neu de angladd.

**EMYN 174** 'Duw mawr y nefoedd faith'**DARLLENIAD** Marc 2:13–17**ARWEINYDD**

Cawn ddarlun gan Marc o'r Iesu eto'n mynd i lan y môr a thyrfa arall yn ei ddilyn ac yn gwranddo'n astud ar ei eiriau. Mae'r Iesu'n gweld Lefi, fab Alfeus, yn eistedd wrth dollfa ac mae'n ei alw i'w ddilyn. Mae Lefi'n ymateb yn gadarnhaol i'r alwad ac mae'r ddau'n mynd i gartref Lefi i gael pryd o fwyd. Yno hefyd mae 'na lawer o gasglwyr trethi a phechaduriaid yn rhan o'r bwyta a'r gwledda. Tipyn o achlysur, a gall rhywun ddychmygu'r sŵn, y chwerthin a'r miri oedd i'w glywed. Mae'r cyfan yn cythruddo'r ysgrifenyddion o blith y Phariseaid ac maen nhw'n holi disgyblion Iesu pam yn y byd mawr roedd o'n gwneud hyn. Iddyn nhw, wrth gwrs, roedd cymysgu gyda'r fath bobl yn annerbyniol, ac yn fwy na hynny yn baeddu a llygru'r unigolyn gerbron Duw. Gwell cadw draw, a chadw'n lân a phur i fod yn dderbyniol yng ngolwg Duw ac i fod uwchlaw'r meidrolion budr oedd yn frith o gwmpas y wlad. Ateb yr Iesu oedd, 'Nid ar y cryfion, ond ar y cleifion, y mae angen meddyg: i alw pechaduriaid, nid rhai cyfiawn, yr wyf wedi dod.' Fe ddaeth yr Iesu i'n plith i faddau'n diffygion ac i gymodi pawb ohonom â'r Duw mawr, perffaith, ac mae lle i bawb ohonom yn ei freichiau er gwaetha'n diffygion a'n gwendidau. A'n lle ni wedyn ydy pwysu ar y trugaredd sy'n cael ei amlygu ym mywyd a gwaith yr Iesu. Mae o wedi dod atom fel ag yr ydym, a hynny'n sicr yn obaith a chysur i ni i gyd.

Tanlinellir hynny yn y Swper Olaf, y noson ddirdynol ac anodd honno, a'r Iesu'n rhannu pryd o fwyd gyda'i ddisgyblion am y tro olaf. Cwmniaeth, addewidion a brad – y cyfan ynghlwm yr un noson. Y gorchymyn i fwyta'r bara ac yfed y gwin er cof amdano, a hynny'n gyhoeddiad o farwolaeth yr Arglwydd hyd nes y daw. Yr Iesu'n fyw a gyda ni o hyd, yn bechaduriaid ac yn fethiannau fel ag yr ydym.

### **GWEDDI**

Ein Tad, diolchwn i Ti am ein cyrff.  
Am lygaid i syllu ar awyr las  
neu ar neges cariad llygaid eraill.  
Am glustiau i glywed cerddoriaeth wych  
ac i wrando ar dy Air rhyfeddol Di.  
Am ddwy law i gyflawni ein gwaith  
neu i ddal llaw plentyn bach.  
Am gegau i flasgu bara poeth o'r popty  
neu flas sudd afal, neu felyster cusan ar fin.  
Am draed i gerdded, i lamu neu i ddawnsio.  
Diolchwn am y meddyliau a'r eneidiau a luniwyd gennyt  
sy'n medru ymateb i dy Gariad mawr.

Diolchwn i Ti am fod yn Dduw i ni,  
am rannu rhodd bywyd,  
ac am wneud hwnnw'n werth ei fyw  
oherwydd Iesu Grist, Arglwydd Bywyd.

(Gweddi ddiolchgarwch Aled Lewis Evans allan o *Adlais*)

**EMYN 363** 'Cyduned nef a llawr'

### **Y FENDITH**

(T.J-M.)