

ADDOLI AR YR AELWYD

Adnoddau cysylltiedig ag Ioan 11.1-45

Pwy ydy'r Iesu yma?

MYFYRDOD

Mae'n siŵr y gallech chi ddweud mai rhyw gynffonnwr o beth oeddwn i. Dilynwn Iesu'r Pregethwr hyd y wlad. Roedd o'n amlwg yn rhywun o bwys, ond allwn i ddim penderfynu pwy neu beth. Roedd ganddo ei griw agos o ffrindiau. Ac wedyn roedd yna giang fwy blêr a llac ohonon ni oedd yn mynd ac yn dod. Roeddwn i'n adnabod Lasarus a'i chwirydd wedi eu cyfarfod nhw pan oedd Iesu ym Methania. Felly pan glywson ni fod Lasarus yn wael, roeddwn i'n meddwl y byddai Iesu'n rhoi bob dim arall heibio'r munud hwnnw ac yn mynd ond wnaeth o ddim. Roedd o'n trystio Duw na fyddai Lasarus ddim yn marw.

Ddau ddiwrnod yn ddiweddarach, mi newidiodd Iesu ei feddwl. Cyhoeddodd mwya' sydyn ei fod yn mynd i weld Mair a Martha achos fod Lasarus wedi marw. Tomos awgrymodd ein bod ni i gyd yn mynd, i ddangos ein bod yno gyda fo'n gefn iddo.

Roedd hi fel ffair ym Methania pan gyrhaeddwn ni yno. Roedd gan bawb feddwl mawr o Lasarus a'i chwirydd ac mi roedd llawer o bobol wedi dod i ddangos parch ac i gydymdeimlo efo Mair a Martha. Ddaeth Mair ddim allan i'n gweld ac roedd Martha braidd yn oeraidd efo Iesu i ddechrau – ond ar ôl iddo ddweud wrthi y byddai Lasarus yn atgyfodi, dywedodd mai fo oedd Mab Duw a'r Meseia.

Dyma nhw i gyd yn cychwyn am y bedd ac wedyn dyma Mair yn rhedeg allan a'i thafllu'i hun wrth ei draed, yn crio. 'Fasa fo ddim wedi marw, petai ti yma!' Ac yna er rhyfeddod i mi, mi ddechreuodd Iesu ei hun wlo. 'Teimlo'n euog mae o,' meddai rhai o'r bobl yn y dyrfa. Ond doeddwn i fy hunan ddim mor siŵr.

Pan gyrhaeddodd y bedd, aeth pethau'n ddramatig iawn. 'Symudwch y garreg,' bloeddiodd Iesu. Sôn am ddrewdod! Yna gwedd iodd gan ddiolch i Dduw am wrando arno a dweud y byddai hyn yn gwneud i'r bobl gredu.

'Tyrd allan, Lasarus,' meddai – a dyma Lasarus yn baglu allan o'r bedd, yn dal wedi'i glymu yn ei ddillad claddu.

Allwn i ddim penderfynu beth oedd yn mynd ymlaen. Allwn i ddim gweithio allan pwy yn union oedd Iesu, ond roeddwn i'n gwbl sicr fod hwn yn ddigwyddiad o bwys. Y geiriau oedd yn mynnu aros yn fy meddwl i oedd y geiriau roedd o wedi'i dweud wrth Martha: 'Fy ydi'r Atgyfodiad a'r Bywyd. Bydd y rhai sy'n credu ynof i yn byw.'

CWESTIYNAU I FYFYRIO DROSTYNT

Gellir trafod y cwestiynau (e.e. gan ddefnyddio'r cyfryngau cymdeithasol – neu o fewn eich teulu) un ai ar ôl bob paragraff, neu'r cyfan gyda'i gilydd ar ôl gwrando ar y myfyrdod ar ei hyd.

Sut gallwn ni drystio Duw yng nghyd-destun pandemig byd-eang?

Sut allwn ni ddangos ein bod ni gyda'r rheini sy'n dioddef yn sgil Covid-19?

Pwy ydi Iesu i'r rheini sy'n cael eu gorfodi i hunan-ynysu?

Pam y dechreuodd Iesu wlo?

Beth ydi'r bywyd ma'r Iesu yn ei gynnig i'r rheini sy'n credu?

GWEDDI

I'r holl rai hynny sydd ar eu pen eu hunain ac yn teimlo'n ynysig o'r gymuned: bydd yn gwmni ac yn ffrind.

I blant sy'n methu chwarae efo'i ffrindiau ac y mae eu dyddiau'n ddibatrwm: bydd yn gwmni ac yn ffrind.

I'r rheini sydd â'r firws, a'r rhai sy'n poeni am anwyliaid:
dyro wellhad a chysur.

I'r rheini sy'n galaru am anwyliaid sydd wedi marw:
dyro wellhad a chysur.

I'r rheini sy'n gwneud penderfyniadau, ac mewn awdurdod :
dyro ddoethineb a thosturi.

I gymdogion a phawb sy'n ceisio helpu eraill:
dyro ddoethineb a thosturi.

I'r rheini sy'n gweithio yn y gwasanaeth iechyd:
diolchwn a gofyn am dy fendith.

I'r rheini sy'n gofalu amdanom ac yn gwneud i ni wenu:
diolchwn a gofyn am dy fendith.

.
Yn enw Iesu, yr Atgyfodiad a'r Bywyd.
Amen

Gweddi o ddiolch a chlod

Diolch, Dduw, am dy bresenoldeb cyson.

Diolch am eich cofleidio a'n cysuro.

Diolch am grio efo ni pan ydyn ni'n brifo.

Diolch am wylo efo ni pan mae'n calonnau'n torri.

Diolch Dduw, nad wyt ti byth yn ein siomi, a dy fod bob amser yn rhoi gobaith i ni. Amen.

Gweddi dros eraill

Gweddiwn dros bawb sy'n wylo heddiw:

Dros y rheini sy'n hiraethu ac yn galaru am golli anwyliaid –
gwŷr, gwragedd, mamau, tadau, merched, meibion, brodyr, chwirydd, ffrindiau...

Gweddiwn dros y rheini sy'n gofalu am bobol ar derfyn eu bywydau daearol:

caplaniaid, gweithwyr hosbis, nyrsys, meddygon, gofalwyr, gweinidogion, ymgymrwyr...

Rho iddyn nhw gryfder, dewrder, empathi a chariad wrth iddyn nhw gerdded gyda'r rheini sy'n wylo. .

Gweddiwn dros sefyllfaoedd sy'n ymddangos yn hollol ddiobaith;

dros deuluoedd wedi'u distrywio gan farwolaeth, tlodi, rhyfel, trais neu gam-drin; dros y rheini sy'n teimlo
fod cymdeithas wedi'u siomi;

a'r rheini sy'n teimlo dy fod ti wedi'u siomi – gad i bawb deimlo dy bresenoldeb yn yr oriau du.

Wrth iddynt aros amdanat, cysura nhw, Arglwydd, dyma'n gweddi. Amen.

Gweddi bersonol

Arglwydd gobaith, gwella fi ac adfer fi, fel y gallaf adnabod grym dy Atgyfodiad yn fy mywyd.

Amen.

Addasiad gan Meinir Pierce Jones o ddeunydd allan o *Roots for Churches* trwy ganiatâd.