Gweddïau dros y rhai sydd wedi dioddef Trais neu Orthrwm

*Mae’r gweddïau canlynol yn addas i’w defnyddio pan fydd rhywun wedi dioddef trais, gorthrwm, gweithredoedd o anoddefgarwch neu hiliaeth, gorthrwm cymdeithasol neu wleidyddol, anghyfiawnder, gweithredoedd o gasineb, niwed corfforol, artaith meddwl, bwlian, neu pan fydd rhywun yn ysgymun. Gellir addasu gweddïau ychwanegol at amgylchiadau penodol.*

 Yn enw’r Tad a’r Mab a’r Ysbryd Glân. **Amen.**

 Ein cymorth sydd yn enw’r Arglwydd:

 **creawdwr nefoedd a daear.**

**Geiriau Rhagarweiniol**

Y mae Duw, bob amser, wedi datguddio ei gariad a’i drugaredd mewn ffordd neilltuol tuag at y rhai sydd wedi dioddef ar law eraill. Dangosodd ei fod yn ymboeni’n arbennig am y sawl sydd wedi profi trais a dioddefaint, casineb a gorthrwm, anghyfiawnder ac anoddefgarwch. A ninnau wedi ymgynnull yn enw Iesu, a archollwyd drosom ni, yr ydym yn cyflwyno *E.* i gariad Duw,sydd yn rhwymo ein doluriau, yn esmwytháu ein calonnau drylliedig ac yn ein hadfer i iechyd a chyfanrwydd.

**Darlleniadau o’r Ysgrythur Sanctaidd**

*Un o’r canlynol neu ddarlleniad priodol arall o’r Ysgrythur:*

Mathew 10: 28-33 ‘A pheidiwch ag ofni’r rhai sy’n lladd y corff…’

Eseia 59: 6b-8, 15-18 Mae drygioni ac anghyfiawnder yn ddrwg yng ngolwg yr Arglwydd

Galarnad 3: 1-24 ‘Myfi yw’r gŵr a welodd ofid…’

Galarnad 3: 49-59 ‘Daethost yn agos ataf y dydd y gelwais arnat…’

Micha 4: 1-4 ‘bydd pob dyn yn eistedd… heb neb i’w ddychryn…’

Mathew 5: 1-10 Y Gwynfydau

Mathew 5: 43-48 ‘..carwch eich gelynion, a gweddïwch dros y rhai sy’n eich erlid…’

Luc 10: 25-37 Y Samariad Trugarog

*Gellir darllen un o’r salmau canlynol neu salm briodol arall:*

Salm 140

Salm 31

Salm 142

Salm 23

 **Yr Ymbiliau**

Gweddïwn ar yr Arglwydd ein Duw, sy’n dyner a thrugarog, sy’n lleddfu ein doluriau ac yn cysuro’r toredig o galon.

Dros *E.* fel y caiff fod yn rhydd o bryder a chyfyngder, o boen a dioddefaint, a phrofi cariad a thosturi’r Arglwydd, gweddïwn ar yr Arglwydd:

1. **Gwared ni rhag drwg, O Arglwydd**

Dros bob un sydd wedi dioddef trais a gorthrwm, y cânt ymdeimlo â chariad ac iachâd yr Arglwydd, ac y cânt gefnogaeth eu cymdogion a’u ffrindiau, gweddïwn ar yr Arglwydd. **A**.

Am ddiwedd ar bob gweithred o drais a chasineb, o anoddefgarwch ac anghyfiawnder ac am wawrddydd o gariad a pharodrwydd i dderbyn, o gymod ac o heddwch, gweddïwn ar yr Arglwydd. **A.**

Dros ein cymuned a phawb sy’n byw, neu’n gweithio neu’n addoli yn y lle hwn, fel y gallwn gyd-dyfu mewn cariad a pharch at ein gilydd, a chreu cymuned o hedd a thangnefedd, gweddïwn ar yr Arglwydd. **A.**

Dros y rhai sy’n niweidio eraill, dros y rhai sy’n llawn o fwriadau drwg neu dueddiadau i ymddwyn yn dreisgar, y byddont yn troi oddi wrth ddrygioni ac yn derbyn, o lwyrfryd calon, ffordd yr Arglwydd, gweddïwn ar yr Arglwydd. **A.**

Gweddïwn ar yr Arglwydd, sy’n llawn tosturi a chariad, fel y dysgodd Crist ni:

**Ein Tad…**

**Gweddi**

Arglwydd Dduw,

gwybu dy Fab ei hun frad ac anghyfiawnder,

ddioddefaint a phoen,

er hynny, gweddïodd dros y rhai a’i herlidiodd ef,

llanwyd ei galon â maddeuant tuag at y rhai a’i glwyfodd ac a’i niweidiodd.

Esmwythâ ddioddefaint *E*.

dyro *iddo/iddi* heddwch meddwl,

hyder yn dy ymgeledd di,

ffydd yn dy gariad di,

a’r sicrwydd y byddi di’n amddiffynfa gadarn.

Gwared bob un ohonom rhag trais eraill,

cadw ni’n ddiogel rhag arfau casineb,

a dyro inni dangnefedd yn ein dydd.

Gofynnwn hyn drwy Grist ein Harglwydd. **Amen.**

***Y Fendith a’r Gollwng***

Bendith Duw Hollalluog,

y Tad, y Mab a’r Ysbryd Glân

afo arnoch chwi,

ac a arhoso gyda chwi,

yn oes oesoedd. **Amen.**

Ewch mewn tangnefedd i garu a gwasanaethu’r Arglwydd.

**Yn enw Crist. Amen.**