**Ionawr 2023 Cynhwysiant**

Croeso i Weddi mis Ionawr, a’r bumed mewn cyfres o 12. Pob mis, fe fyddwn ni’n archwilio gwahanol themâu a gwahanol ffyrdd o weddïo a fydd, gobeithiwn, yn gymorth fel ffyrdd i ddarganfod Duw. *Grŵp Ysbrydolrwydd Esgobaethol yr Eglwys yng Nghymru.*

**Cyflwyniad**

Ein modd o weddïo ar gyfer y mis yma ydy’r weddi o eiriolaeth, lle byddwn yn gweddïo, yn eiriol, dros bobl eraill, rhannau eraill o’r byd, yn hytrach na ni’n hunain. Yn yr eglwys, mae gweddïau eiriolaeth yn ffurfio rhan o’r gwasanaeth ac, wrth gwrs, made hon yn weddi y gallwn ei weddïo adre hefyd, ar ein pennau ein hunain. Fe gawn ychydig fwy o sôn am y math yma o weddi cyn bo hir.

Y thema ar gyfer y mis hwn ydy cynhwysiant. Gall cynhwysiant neu bod yn gynhwysol olygu gwahanol bethau i wahanol bobl.

*Beth mae cynhwysiant a bod yn gynhwysol yn ei olygu i chi?*

*A oes person, grŵp o bobl, lle yn y byd, y basech chi’n ei chael hi’n anodd ei gynnwys yn eich gweddïau o eiriolaeth? Os oes yna, meddyliwch pam.*

**Myfyrdod**

Mae mis Ionawr yn fis gwych i ystyried sut fyddaio modd inni fod yn fwy cynhwysol, fel unigolion, ac fel eglwys ynghyd, wrth inni ddathlu’r E;piffani ac hefyd yr Wythnos Weddi dros Undod Cristnogol. Mae hi’n adeg lle medrwn ddwyn i gof ein hunigrywiaeth fel y’i crëwyd ar ddelwedd Duw, ac unigrywiaeth pawb arall hefyd.

Mae gwahaniaeth ac amrywiaeth i’w gweld ar draws y byd ac eto, maen nhw’n dod ynghyd ac yn ffurfio gwead gyfoethog y ddynoliaeth a’r greadigaeth. Yn ein dynoliaeth, fodd bynnag, gwelwn hefyd ein tueddiadau a’n rhagfarnau, sy’n gallu bod yn rwystrau yn ffordd croesawu pawb a’u dwyn i’n gweddïau. Gall enwi ein rhagfarnau fod yn gam cyntaf tuag at ffordd fwy cynhwysol o fyw.

***Gweddi o Gynhwysiant***

Dduw hollgariadus,

rwyt yn fy ngalw i garu fy nghymydog fel fi fy hun,

helpa fi i weddïo dros y rhai hynny dwi’n ei chael hi’n anodd eu caru neu alw’n ‘gymydog’.

Dangos imi’r modd i gynnig croeso

i’r rhai dwi’n eu galw’n ‘ddieithryn’, y rhai hynny sy’n wahanol i mi,

a gweld ynddyn nhw, dy bresenoldeb sanctaidd.

Datgela ynof fi galon hael

a derbyn fy nghamau araf a phetrusgar i gynnwys pawb

wrth ddod o dy flaen mewn gweddi.

Hyn a ofynnaf yn enw Iesu. Amen.

Mae Ionawr yn nodi dechrau Blwyddyn Newydd, ac i lawer, adeg gwneud addewidion. Mae’n hi’n amser edrych yn ôl ar y flwyddyn a aeth heibio ac ymlaen at yr un sydd ar droed.

*Beth ydy eich gobeithion a’ch breuddwydion ar gyfer y flwyddyn newydd hon?*

***Gweddi ar gyfer y Flwyddyn Newydd***

Ar ddechrau Blwyddyn Newydd,

rhodia gyda mi Dduw’r Cydymaith,

fel mod i’n teithio gyda gobaith a disgwyliad

am bopeth all ddod ar fy nhraws y flwyddyn hon.

Arwain fy nhaith fel y bydd yn

un o gynhwysiant croesawgar,

yn fewnol mewn amseroedd gweddi

ac yn allanol yn y modd rwy’n byw fy mywyd.

Hyn a weddïaf yn dy Enw Sanctaidd.

Amen.

**O’r Beibl**

O Efengyl Mathew, darllenwn yr adnodau hyn [2: 1-2, 19-21], ond os medrwch chi, ceisiwch ddarllen trwy’r holl ddarn:

Wedi i Iesu gael ei eni ym Methlehem Jwdea yn nyddiau'r Brenin Herod, daeth seryddion o'r dwyrain i Jerwsalem a holi, “Ble mae'r hwn a anwyd yn frenin yr Iddewon? Oherwydd gwelsom ei seren ef ar ei chyfodiad, a daethom i'w addoli.”

Ar ôl i Herod farw, dyma angel yr Arglwydd yn ymddangos mewn breuddwyd i Joseff yn yr Aifft, ac yn dweud, “Cod, a chymer y plentyn a'i fam gyda thi, a dos i wlad Israel, oherwydd bu farw y rhai oedd yn ceisio bywyd y plentyn.” Yna cododd Joseff, a chymerodd y plentyn a'i fam gydag ef, a mynd i wlad Israel.

**Myfyrdod**

Yn yr Eglwys ar Ionawr 6ed, fe gofiwn am ymweliad y Doethion a deithiodd o wledyddd pell i weld y baban newyddanedig, Iesu, Mab Duw. Roedd eu taith yn un hir ond roedd eu cred a’u gobaith fod brenin newydd wedi’i eni yn eu cadw nhw i fynd.

Gwnaeth y Doethion y camgymeriad o gymryd yn ganiataol y byddai’r brenin newydd hwn yn cael ei eni mewn palas crand ac nid stabl benthyg. Arweiniodd y camgymeriad hwn y Doethion at Herod, a roddodd y camargraff ei fod am gyfarfod â’r baban newydd hwn ei hun, ond llofruddiaeth oedd wrth wraidd ei galon! Doedd Herod ddim yn hapus ac, yn bendifaddau, fyddai yntau ddim yn debygol o gynnwys y Teulu Sanctaidd yn ei weddïau!

Mae hi mor hawdd gwneud rhagdybiaethau wrth weld neu gyfarfod â rhywun, ond dim ond wedi gwrando arnyun nhw y down i weld pwy ydyn nhw go iawn; ac efallai y cawn ein synnu gymaint y medrwn ni ddysgu oddi wrthyn nhw, neu ddarganfod pa mor debyg ydyn ni yn y bôn.

*Ai dyma rhywbeth y gwnaethoch chi ei brofi? Os felly, sut effaith a newid gafodd hynny arnoch chi rydych?*

**Gweddi am y Mis: Gweddi Eiriolaeth**

Mae gweddïau eiriolaeth i’w cael mewn amrywiaeth mawr. Yn yr eglwys, godynnir inni weddïo dan bum pennawd – dros yr eglwys, dros y byd, dros ein cymunedau, dros y rhai sy’n sâl, a thros y rhai hynny fu farw. Gellir hefyd gynnwys gweddïau a chyfeiriadau tymhorol i ddecdhrau neu ddiweddu’r gweddïau, neu linellau o emynau a genir y diwrnod hwnnw, neu o ddarlleniad o’r beibl am y dydd. Does dim rhaid i’r gweddïau hyn ymdebygu i restr siopa na chynnwys pob dim dan haul!

Wrth weddïo’r weddi hon adre, efallai y byddai’n help ichi ddilyn y patrwm a awgrymir yma, neu i weddïo dros wahanol faterion ar wahanol ddyddiau o’r wythnos. Er enghraifft, dydd Llun dros y gymuned leol, dydd Mawrth dros gyfeillion a‘r teulu, dydd Mercher dros holl ofalwyr a gweithwyr y gwasanaethau brys, dydd Iau dros yr amgylchedd, dydd Gwener dros y byd, a dydd Sadwrn dros y rhai ag angen iachâd. Mae’n siwr y bydd ganddoch chi feysydd eraill sydd o bwys i chi yr hoffech eu cynnwys mewn gweddi, a phan fydd digwyddiadau personol neu fyd-eang yn eich cymell i weddïo, gellir cynnwys y rhain ar unrhyw ddiwrnod o’r wythnos.

Wrth ystyried mis Ionawr a chynhwysiant, efallai y bydd y gweddïau eiriolaeth canlynol yn batrwm y gellwch ei ddilyn:

Ar ddechrau blwyddyn newydd, gyda’i holl botensial a’i phosibiliadau, arwain yr holl bobloedd i geisio ffordd cyfiawnder, cynhwysiang a heddwch. Ar Dduw gweddïwn:

Dros yr Eglwys – caniatâ inni’r hyder ffydd i ddod a dy gyfarfod di, ac o’r cyfarfyddiad hwnnw i gael eun danfon allan i rannu’r newyddion am dy bresenoldeb yn y byd hwn – *gweddïwch dros arweinwyr egl;wys, materion neilltuol i’ch eglwys chi, meysydd sydd angen gweld twf ayyb*

Dros y byd – fod pob swydd etholedig o awdurdod yn defnyddio’r safle hwnnw i ddilyn llwybrau heddwch, i fynd i’r afael â thlodi ac anghydraddoldeb, a cheisio dyfodol cynaliadwy i’n byd – *gweddïwch o ardaloedd penodol lle mae gwrthdaro, ardalloedd sydd wedi’u anrheithio gan eithafion y tywydd ayyb*

Dros y gymuned leol – am les ffrindiau a chymdogion, cynhaliaeth ein mannau gwyrdd, fod croeso’n cael ei estyn i bawb sy’n byw yn yr ardal, ac i’r rhai hynny sy’n ymweld – *gweddïwch dros fusnesau, ysgolion, cartrefi gofal, ysbytai, gwasanaethau brys lleol ayyb*

Dros bawb sydd ag angen iachâd – am heddwch meddwl a llonyddwch calon i bawb sy’n bryderus, cefnogaeth i bawb sydd ei hangen, am dosturi a chlust i wrando i’r rhai sy’n ei chael hi’n anodd, cyfeillgarwch a gofal i bawb sydd ddim yn teimlo’n hwylus – *gweddïwch dros bawb sy’n cynnig gofal i eraill, enwch mewn gweddi y rhai y gwyddoch chi amdanyn nhw [bydd angen caniatâd i’w henwi yn yr eglwys] ayyb*

Dros bawb a fu farw – am heddwch tragwyddol i’w heneidiau ym mhresenoldeb Duw, a chysur i’r rhai sy’n galaru ar eu hôl - or all who have died – *enwch nhw mewn gweddi, gan gofio’r rhai y mae’n benblwydd eu cofio ar yr adeg hyn ayyb.*

Daw’r gweddïau hyn, a gyflwynir o’r galon, atat ti, O Dduw,

yn enw Iesu Grist, sy’n ein galw i weddi,

a’r Ysbryd Glân, sy’n datod clymau’r gweddïau nad oes geirioau ganddon ni ar eu cyfer. Amen.

**Myfyrdod i Gloi**

Wedi holl lawenydd dathliadau’r Nadolig a’r Flwyddyn Newydd, hawdd anghofio i Iesu, ynghyd â Mair a Joseff gael eu gorfodi’n ffoaduriaid tan ar ôl marwolaeth Herod, pan roedd hi bellach yn ddiogel iddyn nhw ddychwelyd adre.

Yn y byd heddiw, fe glywn am gymaint o ffoaduriaid sydd wedi gorfod ffoi o’u cartref a’u gwlad i ddianc rhag perygl. Wrth inni ystyried yr hyn mae’n ei olygu i fod yn gynhwysol, sut wnawn ni groesawu, a gweddïo dros, ffoaduriaid, yn enwedig gan eu bod yn gwisgo ac yn siarad yn wahanol i ni. Gall fod yn anodd gweddïo dros bobl nad ydyn ni’n eu deal yn llawn, ac am y rhai nhynny sydd wedi’n brifo ni ac eto, mae angen ein gweddïau arnyn nhw hefyd.

O’r digwyddiadau trawsnewidiol hyn, ymweliad y Doethion, bywyd a gweinidogaeth Iesu a’r disgyblion cynnar, aeth Gair Duw allan ar draws yr holl fyd a thrwy’r gwledydd a’r cenhedloedd i gyd. Gair Duw i’r holl bobl, lle bynnag a phwy bynnag ydyn nhw.

**Awgrymiadau Darllen**

Mae llawer o lyfrau ar hgael gyda gweddïau eiriolaeth ar gyfer y Flwyddyn Eglwys ac achlysuron arbennig.

Adnodd dwyieithog: *Arwain Ymbiliau/Leading Intercessions*, Canterbury Press, 2003

Mae gan wefan Eglwys yng Nghymru dudalen im weddi ac adnoddau gweddi.

**Y Mis Nesaf**

Gobeithiwn eich bod wedi cael y myfyrdodau a’r gweddïau hyn o gymorth; wrth gwrs, mae’n ddigon posib y bydd gofyn meddwl dros a gweddïo’r rhain fwy nag unwaith. Y mis nesaf, Cariad fydd ein thema a’n gweddïau, gyda darlleniad gweddïgar o ddarn o’r Beibl.