**Ymbiliau myfyrdodol i’w harfer yn ystod y pandemig Coronafeirws**

*Mae pob un o’r ymbiliau myfyrdodol a ganlyn yn dechrau ag adlais o un o’r Salmau (wedi ei addasu rhyw ychydig ambell dro) er mwyn gosod gwreiddiau ein gweddi yn yr Ysgrythur a chael ysbrydiaeth ohoni.*

Gan ymddiried yng ngofal Duw dros ei blant,

gweddïwn yn enw Crist ac yn nerth yr Ysbryd Glân.

Dros y rhai sy’n sâl

Ymestyn dy gariad, Arglwydd, hyd y nefoedd,

 a'th ffyddlondeb hyd y cymylau

*Salm 36:5*

Gweddïwn dros bawb sy’n anhwylus oherwydd y coronafeirws:

yn dy dosturi, dyro iddynt nerth ac iachâd.

[Cofiwn yn enwedig am *E.*]

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros ein gweithwyr iechyd

Yn nydd cyfyngder, yr wyt ti’n ein hateb ni a’n hamddiffyn, Arglwydd,

 yn anfon cymorth ac yn ein cynnal.

*Salm 20:1-2*

Gweddïwn dros bawb sy’n gweini ar y cleifion ymhob rhan o’n gwasanaeth iechyd:

y byddant yn adnewyddu eu nerth ynot ti

a bod yn gyfryngau adferiad ac adnewyddiad i’r rhai sy’n dioddef.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros y rhai sy’n poeni

Yr wyt ti, Arglwydd, yn agos at y drylliedig o galon

 ac yn gwaredu'r briwedig o ysbryd.

*Salm 34:18*

Gweddïwn dros bawb sy’n poeni am anwyliaid, ffrindiau neu gymdogion:

galluoga nhw i ymddiried ynot ti a glynu’n dynn wrth eu gobaith.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros yr unig a’r ynysig

Er imi gerdded trwy ddyffryn tywyll du,

 nid ofnaf unrhyw niwed, oherwydd yr wyt ti gyda mi.

*Salm 23:4*

Gweddïwn dros bawb sy’n teimlo’n unig neu’n ynysig:

y byddant yn profi dy bresenoldeb cariadus.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros y cryf a’r gwan

Arglwydd, yr wyt ti’n codi'r gwan ac yn dyrchafu'r anghenus.

*Salm 113:7*

Gweddïwn y byddi di’n ysbrydoli’r rhai cryf i ofalu am y rhai gwan

a gweini arnynt mewn cariad.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros yr Eglwys

Arglwydd, sut y medrwn ganu dy gân di mewn cyfnod estron?

*(cf. Salm 137:4)*

Gweddïwn dros dy Eglwys sy’n dyheu am gael dy foli

 drwy gydol yr adeg ddieithr a dryslyd hon;

drwy dy Ysbryd creadigol

 tania ein dychymyg i gyhoeddi dy gariad digyfnewid mewn ffyrdd newydd.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros y rhai sydd mewn awdurdod

Cawn fwrw ein baich arnat ti, Arglwydd,

 ac yr wyt ti yn ein cynnal ni.

*Salm 55:22*

Gweddïwn dros bawb mewn awdurdod sy’n wynebu gwneud penderfyniadau anodd

a fydd yn effeithio ar lawer;

dyro iddynt ddoethineb a dewrder.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros y rhai sy’n ymchwilio

Yr wyt ti’n fawr, Arglwydd, a chryf o nerth:

 y mae dy ddoethineb yn ddifesur.

*Salm 147:5*

Gweddïwn dros bawb ym maes ymchwil

 sy’n ceisio datblygu brechlyn i’r coronafeirws a meddyginiaethau newydd:

dyro iddynt ddoethineb, dealltwriaeth ac effeithlonrwydd yn eu hymdrechion.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros fasnachwyr a gweithwyr

Ti, Arglwydd, yw ein goleuni a'n gwaredigaeth, rhag pwy yr ofnwn?

Ti, Arglwydd, yw cadernid ein bywyd, rhag pwy y dychrynwn?

*Salm 27:1*

Gweddïwn dros fasnachwyr a gweithwyr sy’n ofni’r dyfodol:

y bydd modd diogelu busnesau, gwarchod swyddi a chynnal teuluoedd.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros y rhai sy’n wynebu caledi

Mae llygaid pawb yn troi mewn gobaith atat ti

ac yr wyt ti’n rhoi iddynt eu bwyd yn ei bryd.

*Salm 145:15*

Gweddïwn dros bawb sy’n wynebu caledi ariannol:

y byddi di’n eu cynnal a’u cadw.

Cofiwn hefyd am bawb sy’n ceisio gwireddu gorchymyn Crist i ni garu ein gilydd

trwy waith banciau bwyd ac elusennau

a thrwy ddangos caredigrwydd syml.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros bawb ym myd addysg

Arglwydd, yr wyt ti’n rhoi nerth i’th bobl

ac yn eu bendithio â heddwch.

*Salm 29:11*

Gweddïwn dros bawb ym myd addysg yn ystod y cyfnod ansicr hwn:

ysbrydola’r rhai sy’n teimlo’n ddiflas neu’n ddigyfeiriad,

gwarchod y bregus

a rho obaith i’r digalon.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros yr ymadawedig

Arglwydd, rwyt ti’n dangos i ni lwybr bywyd;

yn dy bresenoldeb di y mae digonedd o lawenydd,

ac yn dy ddeheulaw fwyniant bythol.

*Salm 16:11*

Mewn tristwch cofiwn am y rhai sydd wedi colli eu bywydau yn sgil y coronafeirws [yn enwedig E.].

Dyro i ni galonnau diolchgar am y fraint o gael eu hadnabod

a chryfha ein ffydd yn dy Fab a ddioddefodd drosom

ac a gyfododd drachefn mewn gogoniant

er mwyn i ni gael cyfrannu yn ei fywyd buddugoliaethus ef.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Dros y rhai sy’n galaru

Yn wir, ynot ti, fy Nuw, yr ymdawela fy enaid;

oddi wrthyt ti y daw fy ngobaith.

Ti yn wir yw ein craig, ein gwaredigaeth a’n hamddiffynfa.

*Salm 62:5-6*

Gweddïwn dros bawb sy’n wylo a galaru:

y cânt gysur a gobaith ynot ti.

Arglwydd, yn dy drugaredd:

**gwrando ein gweddi.**

Gweddi i gloi

Arglwydd bywyd,

mewn cyfnod argyfyngus i’n teuluoedd a’n cymunedau,

 i’n cenedl a’n byd,

trown atat mewn ffydd,

 i geisio dy arweiniad

 a derbyn dy fendith

gan wybod na all un dim a grewyd ein gwahanu ni oddi wrth dy gariad di

 a amlygwyd yn dy Fab Iesu Grist ein Harglwydd.

Gofynnwn hyn yn ei enw ef

 a gymerodd ein gwendidau ac a ddug ymaith ein clefydau,

 a ddioddefodd y groes ac a gyfododd yn fuddugoliaethus,

oherwydd y mae’n byw ac yn teyrnasu gyda thi a’r Ysbryd Glân,

 yn un Duw, yn oes oesoedd.

**Amen.**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_HAWLFRAINT

Daw’r dyfyniadau o’r Salmau oY Beibl Cymraeg Newydd (Argraffiad Diwygiedig) © Y Gymdeithas Feiblaidd Frytanaidd a Thramor 2004. Defnyddiwyd gyda chaniatâd.