

Adnodd 6

Ebrill 5ed 2009 Taith i mewn i Glywed

Sul y Blodau

Mae dysgu clywed Gair Duw a rhoi sylw iddo yn ein paratoi i ddilyn Duw

*Y tu mewn, gwacter; daw'r hyn sydd
fel ergyd i mi, ond nid
clwyf*

Yr Archesgob Rowan Williams

Gyda chaniatâd caredig Archesgob Caergaint; (h) Rowan Williams 2009

1. Dechrau'r daith: chi sydd â chlustiau i wrando!

Mae'r Sul cyn y Pasg yn y calendr Cristnogol yn draddodiadol yn galw i gof fynediad Iesu i Jerwsalem, ar gefn asyn, gyda rhu'r dorf yn ei gyfarch. Roedd y torfeydd a gyfarchodd Iesu â dail palmwydd yn gweiddi ac yn canu yn y strydoedd.

Mae pob math o seiniau yn ein hamgylchynu ni, a phetaem ni'n ceisio clywed popeth ar unwaith – y teledu, pobl yn siarad, y ffôn yn canu, y gath yn mewian, y drws yn cau'n glep yn y gwynt, y baban yn crio, - byddem yn colli'n gallu i ymdopi ac yn methu gwneud dim. Felly rydym yn hidlo'r hyn a glywn, gan benderfynu o un funud i'r nesaf ble i ganolbwyntio'n sylw. Efallai na fydd rhywun sy'n canolbwyntio'n llwyr ar dasg yn clywed beth ddywedir wrthi; mae'n hawdd gwybod a yw rhywun yn gwrando'n ofalus arnoch neu a yw rhywbeth neu rywun arall yn tynnu ei sylw. Mae'r gallu i wrando a chanolbwyntio'n sylw yn gyfle ac yn broblem ar yr un pryd. Mae gwrando yn rhan annatod o rannu ein ffydd, canfod dymuniadau Duw, a gofalu, helpu a iacháu. Mae'n rhan hanfodol o ofal bugeiliol o bob math. Ond gallwn hefyd ganolbwyntio'n sylw yn y manau anghywir neu yn y ffordd anghywir wrth wrando, gan golli'r pethau nad ydynt yn cael eu dweud, neu fethu â sylwi ar leisiau eraill pwysig.

Mae addoliad Cristnogol hefyd yn llawn o seiniau, cerddoriaeth, llefaru, darllen, gweddïo, moli. Er bod gan wahanol fathau o addoliad eu cerddoriaeth a'u seiniau unigryw eu hunain, mae gan addoliad serch hynny ei rythmau a'i gadensiau arbennig sy'n dangos mai addoliad ydyw. Rydym yn cydadrodd Gweddi'r Arglwydd neu salmau mewn modd sy'n wahanol i ddarllen y geiriau'n uchel yn unig. Mae distawrwydd hefyd, sef absenoldeb sŵn (yr ydym yn dal i'w 'glywed') hefyd yn bwysig mewn addoliad Cristnogol. Byddai Iesu wedi bod yn ymwybodol iawn o'r moliant i Dduw a



oedd i'w glywed adeg ei ddyfodiad, yn hytrach na'r sgysiau cyffrous a'r croeso a weiddwyd. Byddai wedi bod hyd yn oed yn fwy ymwybodol o'r gwahaniaeth rhwng y moliant cariadus i Dduw a glywodd wrth ddod i Jerwsalem a'r lleisiau'n gweiddi 'croeshoelie'r efi!' a glywodd ddydd Gwener y Grogolith.

Felly mae'n werth myfyrio ar seiniau a cherddoriaeth yr Wythnos Fawr a'u neges i ni am y daith ysbrydol trwy glywed a gwrando.

Gweithgaredd

Arhoswch am bum munud a nodi'r holl seiniau a glywch. Ydych chi'n gwybod beth yw'r holl seiniau ac o ble maen nhw i gyd yn dod? Allwch chi glywed pwmpio'r gwaed a sŵn eich anadlu? A oes mwy o seiniau i'w clywed na'r disgwyl? Pa fath o seiniau byddech chi'n eu hanwybyddu fel arfer?

Dywedwch (neu canwch) Weddi'r Arglwydd neu hoff emyn. Gwrandewch ar y seiniau'n ofalus. Beth sy'n troi hyn yn weddi neu'n foliant?

Ewch i: http://www.godtube.com/view_video.php?viewkey=79c775884c605448cea3

2. Treiddio'n Ddyfnach: Meddwl am fod yn fyddar

Yn y gyfres ddrama *Messiah* (1,2,a 3) ar y teledu, mae themâu crefyddol yn gysylltiedig â'r troseddau. Ken Stott sy'n chwarae rhan Red Metcalfe, Ditectif Brif Arolygydd sy'n gyfrifol am ganfod ystyr y themâu crefyddol a'u cysylltiad â'r troseddau. Yn y gyfres, mae gwraig Red yn fyddar, ac felly mae Red a Susan yn cyfathrebu trwy iaith arwyddion a darllen gwefusau. Yn y gyfres, sy'n llawn sŵn



a thrais eithafol, ceir cyferbyniad yn y golygfeydd rhwng Red a Susan lle mae angen talu sylw gofalus o'r ddeutu wrth iddynt ddarllen wynebau a dwylo ei gilydd. Mae isdeitlau i'w deialog ar gyfer y gwylwr. Mae Susan yn amhrisiadwy i Red, nid dim ond fel cynhaliaeth, ond hefyd yn eironig fel 'seinfwrdd'. Mae iaith arwyddion yn caniatáu iddi fframio cwestiynau a rhoi cefnogaeth mewn ffordd dri dimensiwn sy'n aml yn unigryw o greadigol, gan helpu Red i fyfyr ar bethau. Mae Susan hefyd yn berson sy'n gallu cadw cyfrinachau'n ddiogel; mae hi'n gyffeswraig berffaith. Yn nistawrwydd Susan, mae Red yn cael hyd i rywle i osod ei ddrysych a'i amheuaeth. Pan gaiff eu perthynas ei phrofi ac mae Red yn cyfaddef iddo droi at fenyw arall, nid yw Susan yn gofyn a oedd Red yn ei chael hi'n fwy deniadol. Yn hytrach mae'n gofyn 'sut lais oedd ganddi?'

Gall byd y byddar, felly, fod yn ffynhonnell gyfoethog ar gyfer cyfathrebu ac mae addoliad y byddar yn ffordd ddramatig sy'n ffynnu o greu cysylltiad â'r efengyl. Mae distawrwydd hefyd yn ffynhonnell gyfoethog o dwf ysbrydol. Gall siarad â rhywun a fydd yn cadw cyfrinachau, megis gweinidog Cristnogol, meddyg, cyfreithiwr neu gwnsler, ddod â rhyddhad aruthrol i bobl.

Mae Iesu hefyd yn tynnu'n sylw at fyddardod ysbrydol sy'n analluogi pobl llawer mwy na byddardod corfforol. Yn union fel mae byddardod corfforol yn golygu bod rhaid i bobl dalu sylw manwl er mwyn cyfathrebu, gall pobl 'droi i ffwrdd' a methu â chlywed yr hyn mae Duw yn ei ddweud wrthym trwy'r

ysgrythur a'r ffydd Gristnogol. Gallwn lanw ein pennau â mathau eraill o sŵn ysbrydol neu ein darbwyllo'n hunain mai'r hyn rydym am ei glywed yw'r ffordd iawn i'w dewis. Mae Iesu'n dweud wrthym ein bod yn ein twyllo'n hunain wrth syrthio i fyddardod ysbrydol a rhoi'r gorau i dalu sylw i'n perthynas â Duw.

Gweithgaredd:

Rhowch glustffonau ymlaen a chwarae rhywbeth trwyddynt nes eich bod chi'n medru clywed cyn lleied o sŵn allanol â phosib, ac yna gofynnwch i rywun siarad â chi. Beth mae'n rhaid i chi ei wneud i wybod beth maen nhw'n ei ddweud? Ceisiwch gael sgwrs trwy ddefnyddio pa arwyddion bynnag sy'n angenrheidiol. Faint yn fwy o ymdrech mae'n rhaid i chi ei gwneud i gyfathrebu?

Ydych chi'n meddwl eich bod chi'n gwneud digon o ymdrech wrth weddio ac addoli? Beth yw arwyddion byddardod ysbrydol?

Mae'r ffilm *Babel* yn archwilio cysyniadau o gyfathrebu, camddeall, rhwystrau ieithyddol a byddardod. Mae crynodeb o'r ffilm a chwestiynau i chi eu hystyried ar gael yn www.spiritualjourneys.org.uk/pdf/Babel.pdf

3. Symud ymlaen: Gweld yr ysgrythur mewn ffordd wahanol

Luc 19:28-44 (Iesu'n mynd i mewn i Jerwsalem)

Wedi dweud hyn aeth rhagddo ar ei ffordd i fyny i Jerwsalem, gan gerdded ar y blaen.

Pan gyrhaeddodd yn agos i Bethffage a Bethania, ger y mynydd a elwir Olewydd, anfonodd ddau o'i ddisgyblion gan ddweud, "Ewch i'r pentref gyferbyn. Wrth ichwi ddod i mewn iddo cewch yno ebol wedi ei rwymo, un nad oes neb wedi bod ar ei gefn erioed. Gollyngwch ef a dewch ag ef yma. Ac os bydd rhywun yn gofyn i chi, 'Pam yr ydych yn ei ollwng?', dywedwch fel hyn: 'Y mae ar y Meistr ei angen.'" Aeth y rhai a anfonwyd, a chael yr ebol, fel yr oedd ef wedi dweud wrthynt. Pan oeddent yn gollwng yr ebol, meddai ei berchenogion wrthynt, "Pam yr ydych yn gollwng yr ebol?" Atebasant hwythau, "Y mae ar y Meistr ei angen", a daethant ag ef at Iesu. Yna tafasant eu mentyll ar yr ebol, a gosod Iesu ar ei gefn. Wrth iddo fynd yn ei flaen, yr oedd pobl yn taenu eu mentyll ar y ffordd. Pan oedd yn nesáu at y ffordd sy'n disgyn o Fynydd yr Olewydd, dechreuodd holl dyrfa ei ddisgyblion yn eu llawenydd foli Duw â llais uchel am yr holl wyrthiau yr oeddent wedi eu gweld, gan ddweud:

'Bendigedig yw'r un sy'n dod
yn frenin yn enw'r Arglwydd;
yn y nef, tangnefedd,
a gogoniant yn y goruchaf.'

Ac meddai rhai o'r Phariseaid wrtho o'r dyrfa, "Athro, cerydda dy ddisgyblion." Atebodd yntau, "Rwy'n dweud wrthyhych, os bydd y rhain yn tewi, bydd y cerrig yn gweiddi."

Pan ddaeth yn agos a gweld y ddinas, wylodd drosti gan ddweud, "Pe bait tithau, y dydd hwn, wedi adnabod ffordd tangnefedd – ond na, fe'i cuddiwyd rhag dy lygaid. Oherwydd daw arnat ddyddiau pan fydd dy elynion yn codi clawdd yn dy erbyn, a'th amgylchynu a gwasgu arnat o bob tu. Fe'th ddymchwelant hyd dy seiliau, ti a'th blant o'th fewn; ni adawant faen ar faen ynot ti, oherwydd dy fod heb adnabod yr amser pan ymwelwyd â thi."

Stori

Mae Karla'n codi o'r gwely ac yn cerdded lawr y stryd i gartref ei ffrind. Mae'n dod â rholiau bara, ffigys sych a hen botel llawn dŵr gyda hi. Mae'n ofalus i beidio â sefyll allan wrth gerdded lawr y stryd, ac i beidio ag edrych fel petai hi'n gwneud unrhyw beth anghyffredin. Ar y gornel ger tŷ ei ffrind, mae'n aros ac yn edrych i weld a oes unrhyw un yn cyrraedd. Os oes rhywun wrth y drws, bydd hi'n cerdded o amgylch y tai eto. Mae'n glir. Mae'r ffrind yn agor y drws ac mae Karla'n mynd i mewn yn gyflym. Maen nhw'n mynd i ystafell yng nghefn y tŷ. Maen nhw'n cwrdd i addoli, rhyw bedwar person i gyd, sy'n barod i wynebu'r risg. Does dim Beibl ganddyn nhw, cafodd ei gymryd oddi arnynt beth amser yn ôl a chafodd ffrind Karla ei hun mewn trafferth am fod yn berchen arno, er bod rhyddid i addoli i fod wedi'i ganiatáu yn eu gwlad. Yn hytrach, maen nhw'n cofio hoff hanesion o'r ysgrythur gyda'i gilydd, ac yn cydweddio mewn sibrydion. Maen nhw'n cynnau kannwyll, yn torri'r bara ac yn yfed y dŵr gyda'i gilydd, gan rannu'r ffigys. Mae rhywun arall yn cadw gwyladiwriaeth. Byddan nhw mewn trafferth mawr os daw'r heddlu i mewn. Mae eglwys yn y pentref, ond mae'n cael ei defnyddio ar gyfer pethau eraill. Allan nhw ddim mynd iddi. Ond byddan nhw bob amser yn cymryd y risg o ymgynnull i addoli, hyd yn oed os bydd rhaid gwneud hynny mewn distawrwydd. Mae'n werth iddyn nhw wneud hynny.

Mae hanes Iesu'n mynd i mewn i Jerwsalem yn gyfarwydd iawn i Gristnogion. Ceisiwch edrych ar y darn hwn fel ymdrech i weddio ac addoli'n ddirwystr mewn man lle mae'r awdurdodau am atal hynny am eu rhesymau eu hunain. Mae llawer o Gristnogion yn y byd, fel Karla, yn profi hyn bob dydd. Sut brofiad fyddai *gorfod* cadw eich ffydd yn dawel, methu addoli'n rhydd, methu siarad am eich ffydd na'i rhannu ag eraill?

Mae Iesu'n dweud 'os bydd y rhain yn tewi, bydd y cerrig yn gweiddi'. Beth mae'n ei olygu wrth hynny? Pa bwynt mae'n ei wneud am yr hyn sy'n digwydd pan gaiff addoliad ei orthymu a'r bobl eu herlid?

Meddylwch am ran distawrwydd yn eich lleoliad arferol ar gyfer addoliad. Pryd mae distawrwydd, yn hytrach na seiniau neu ganeuon, yn bwysig mewn addoliad?

Gallech hefyd gasglu gwybodaeth am draddodiad y Crynwyr o addoli a rôl distawrwydd yng nghyfarfodydd y Crynwyr.

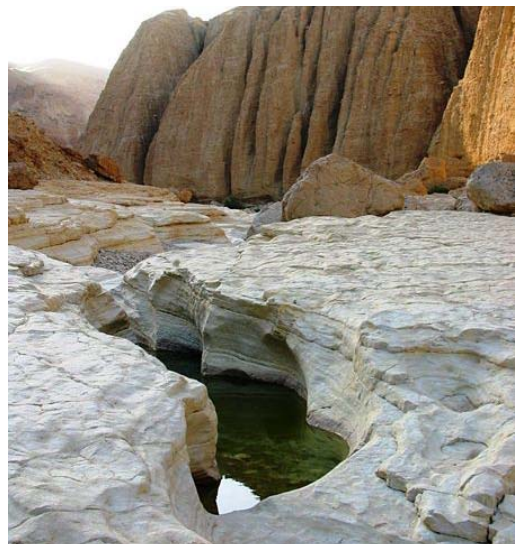
J Brent Bill, *Holy Silence: A Gift of Quaker Spirituality*, Paraclete Press, 2005

http://www.bbc.co.uk/religion/religions/christianity/subdivisions/quakers_3.shtml

4. Symud i mewn i'r Grawys: Gair Duw yn yr anialwch

Ffoto gan Ester Inbar

Mae hanes y temtasiynau ym Mathew a Luc yn y Testament Newydd fel ei gilydd yn cynnig profiadau Iesu ar ffurf deialog. Mae Iesu'n cael gweledigaeth o lwybrau bywyd gwahanol, ond mwy treiddgar fyth yw llais temtasiwn yn ymwthio i'w feddwl ac yn profi ei ewyllys. Ac eto mae Iesu hefyd yn ymateb i alwad



ei Dad, Gair Duw. Yn yr ystyr yma, mae profiad Iesu wrth gael ei demtio yn agos at brofiad cyntefig Gardd Eden. Gair Duw i Adda ac Efa yw gorchymyn i beidio â chyffwrdd â'r goeden waharddedig. Mae gair y sarff yn rhesymol ac yn rhesymegol, yn gwneud awgrymiadau, yn cynnig safbwyntiau eraill a fydd yn caniatáu iddynt fod ar wahân i Dduw, yn cael hyd i'r gwendidau yn eu penderfyniad, yn profi eu hufudd-dod a'u cof o Air Duw wrthynt. Methodd Adda ac Efa, wrth gwrs. Mae Iesu, sy'n hen gyfarwydd â llyfr Genesis, yn wynebu ei brawf ei hun o ran temtasiwn.

Yn yr efengylau mae'n swnio fel petai'n hawdd i Iesu roi'r temtasiynau o'r neilltu a chodi ei lais ei hun yn gryfach na dadleuon rhesymedig y diafol – 'profa hynny!', 'pam na ddylet ti roi Duw ar brawf', 'defnyddia dy bŵer!' Ond nid temtasiwn fyddai oni bai bod Iesu wedi gorfod ymdrechu'n wirioneddol o ran ei ewyllys. Mae e'n llwyddo lle methodd Adda ac Efa, ac yn gwrthod temtasiwn i roi ei ddymuniadau ei hun o flaen ewyllys Duw. Bydd yn byw ar Air Duw ac yn ymddiried ei fywyd iddo yn hytrach na dibynnu ar ddyfeisiau a dymuniadau dynol yn unig. Mae'r wers hon yn cael ei chynnwys hefyd yng Ngweddi'r Arglwydd, a roddwyd i ni ganddo, 'gwneledy dy ewyllys ar y ddaear fel yn y nef'.

Rhai cwestiynau i chi eu hystyried:

Mae nifer o leisiau seciwlar i'w clywed heddiw yn dweud na ddylem ymddiried ond yn ein greddf a'n syniadau dynol? Sut byddech chi'n ymateb i hynny?

Pa fath o demtasiynau modern sy'n gallu tynnu'n sylw oddi ar wrando ar Air Duw ac ymateb iddo?

5. Gorffwys ar y Ffordd: gweddi a myfyrdod

Salm 67: cân

Bydded Duw yn drugarog wrthym a'n bendithio,
bydded llewyrch ei wyneb arnom, Sela
er mwyn i'w ffyrdd fod yn wybyddus ar y ddaear,
a'i waredigaeth ymysg yr holl genhedloedd.
Bydded i'r bobloedd dy foli, O Dduw,
bydded i'r holl bobloedd dy foli di.

Bydded i'r cenhedloedd lawenhau a gorfoleddu,
oherwydd yr wyt ti'n barnu pobloedd yn gywir,
ac yn arwain cenhedloedd ar y ddaear. Sela
Bydded i'r bobloedd dy foli, O Dduw, bydded i'r holl bobloedd dy foli di.

Rhoes y ddaear ei chnwd;
Duw, ein Duw ni a'n bendithiodd.
Bendithiodd Duw ni;
bydded holl gyrrau'r ddaear yn ei ofni.



*The company of angels
are praising thee on high
and mortal men and all things
created make reply*

*The people of the Hebrews
with palms before thee went
our praise and prayer and anthems
before thee we present*

*All glory, laud, and honour
to thee Redeemer King
to whom the lips of children
made sweet hosannas ring*

9th Century hymn translated by J M Neale

Ble arall gall y daith hon fynd â mi?

Mae rhagor o ddeunydd i'w archwilio yn *Sense Making Faith* yn y bennod 'Taith i mewn i Glywed' a gallwch archwilio teithiau a syniadau pellach yn adran Archwilio www.spiritualjourneys.org.uk dan y pennawd 'Clywed'.

Adnoddau eraill:

http://www.godtube.com/view_video.php?viewkey=79c775884c605448cea3

J Brent Bill, *Holy Silence: A Gift of Quaker Spirituality*, Paraclete Press, 2005

http://www.bbc.co.uk/religion/religions/christianity/subdivisions/quakers_3.shtml

www.rnid.org.uk

www.bda.org.uk

Mae'r Gwasanaeth Dyddiol ar Radio 4 o Ebrill 6^{ed} i Ebrill 9^{ed} yn cynnig rhagor o ddarlleniadau a myfyrdodau i chi wrando arnynt am bobl y newidiwyd eu taith ysbrydol gan yr hyn a glywsant, wrth i ni barhau ar ein taith i mewn i gyfnod dathlu'r Pasg.

Daw'r Ysgrythur o'r New Revised Standard Version Bible: Anglicized Edition, hawlfraint 1989, 1995, Adran Addysg Gristnogol Cyngor Cenedlaethol Eglwysi Crist Unol Daleithiau America. Fe'i defnyddir drwy ganiatâd. Cedwir pob hawlfraint. Cyhoeddiad © Eglwysi Ynghyd ym Mhrydain ac Iwerddon