

Cynhaliaeth

Darllen: Mathew 26:26–29

Rai blynyddoedd yn ôl erbyn hyn, daeth teulu – rhieni a dau blentyn bach – i aros acw am gyfnod byr. Teulu hyfryd iawn, a'r ddau blentyn yn fywiog a chwareus. Ond yn ystod y pryd bwyd roedd rhaid iddyn nhw lonyddu ac eistedd yn daclus wrth y bwrdd. Fe ddysgais lawer yn eu cwmni, er nad oeddwn yn rhannu'r un bwrdd â nhw. Dau beth oedd yn amlwg i mi adeg y pryd bwyd – roedden nhw'n treulio cryn amser – dwy awr weithiau – o gwmpas y bwrdd, ac roedd y teulu i gyd, yn cynnwys y plant, yn sgwrsio'n ddi-baid am ddigwyddiadau'r dydd ac am yr hyn oedd yn mynd i ddigwydd drannoeth. Nid oedd y plant yn cael symud nes y byddai pawb wedi gorffen bwyta. Rhyfeddwn fod y plant – oedd mor fywiog gydol y dydd – yn eistedd fel dau sant i fwyta a sgwrsio efo'u rhieni. Yn Ffrangeg oedd y sgwrs, a chan nad oeddwn wedi meistrolï'r iaith honno roedd yn anodd i mi wneud pen na chynffon o gynnwys y trafod. Ond roedd un peth yn glir, roedd pawb yn mwynhau ac yn chwerthin yn iach, a'r teulu yn cynnal ei gilydd wrth y bwrdd bwyd.

Mor wahanol ydi hyn i'n rhuthr ni heddiw. Dim amser i eistedd o gwmpas y bwrdd fel teulu. Mae'n rhaid mynd. Mae'r plant eisïau mynd i chwarae neu ymarfer rygbi, pêl-droed, pêl-rwyd, merlota, ymarfer canu, actio, clocio, nofio a chant a mil o bethau eraill. Mae'n rhaid i'r rhieni fod yn dacsï i fynd â nhw i'r holl lefydd gwahanol. Mae dad eisïau mynd i'r pwyllgor, a mam eisïau mynd i'r côr neu i Ferched y Wawr. Dim amser i fwyta. Paned a rôl a chreision yn y car amdani, felly. Mynd fel cath i gythraul. Dim amser i sgwrsio am ddigwyddiadau'r dydd na thrafod digwyddiadau yfory. Mynd, mynd, mynd!

Mae'n siŵr ein bod yn gwylio mwy na neb ar raglenni coginio. Maen nhw ar bob sianel erbyn hyn. Ac rydym hefyd yn prynu mwy a mwy o lyfrau coginio gan gogyddion enwog sy'n dipyn o sêr. Ond rydyn ni'n dal i syrthio

i gastiau drwg – bwyta rhwng prydau, bwyta rhwng cyfarfodydd, ac eistedd o flaen y sgrin yn bwyta prydau parod.

Rhoddodd Iesu le amlwg i brydau bwyd yn ystod ei weinidogaeth. Yn ôl pob sôn, roedd wrth ei fodd yn bwyta ac yfed mewn partiïon. Soniodd dro ar ôl tro yn ei ddamhegion am wleddoedd. Roedd gwledd fawr yn disgwyl y mab ieuengaf o'r wlad bell mewn un ddameg. Mewn dameg arall, roedd Iesu'n llawdrwm ar bobl oedd yn ymesgusodi o'r wledd - roedd prynu tŷ, mynd i weld gwartheg, a phriodi gwraig yn bwysicach iddyn nhw. Ac ar nos Iau Cablyd, cyn iddo gael ei groeshoelio, bwytaodd swper gyda'i ffrindiau – y Swper Olaf, gwledd y bara a'r gwin. Yn wir, bu'r swper hwn yn rhan hanfodol o gynulliad yr Eglwys Fore, 'A chan ddyfalbarhau beunydd yn unfryd yn y deml, a thorri bara yn eu tai, yr oeddent yn cydfwyta mewn llawenydd a symledd calon' (Actau 2:46). Roedd hwn yn ddigwyddiad hapus – ffrindiau Iesu'n cyfarfod i gofio amdano. A daeth y wledd hon i'w hadnabod fel gwledd *agape*, gwledd cariad, am ei bod wedi'i sylfaenu ar gyfeillgarwch, harmoni a chariad at ei gilydd. Fel y dywedodd un o'r athronwyr Groegaidd, 'Cyn ein bod yn mynd i chwilio am rywbeth i'w fwyta dylem yn gyntaf chwilio am rywun i rannu ag ef'.

Myfyrdod pellach:

Pa mor bwysig ydi dweud gras cyn bwyta?

Pa mor aml ydych chi'n cael cyfle fel eglwys i fwyta pryd gyda'ch gilydd?