y cwrs gweddi

Sesiwn 2:

Addoliad

Canllaw Astudio Grwpiau Bach

1. Cyflwynwch y sesiwn 5 munud

Adnod allweddol - "Ein Tad yn y nefoedd, sancteiddier dy enw" - Mathew 6:9

- Yn y sesiwn hon byddwn yn archwilio sut y gallwn fwynhau presenoldeb Duw mewn mawl ac addoliad.
- Dechreuwch y sesiwn trwy agor mewn gweddi.

2. Gwyliwch y Fideo 20 munud

Darnau o'r Beibl Actau 4:24-31

Pwyntiau crynhoi

- Dechreuwch trwy gydnabod mai Duw yw Duw.
- Mae addoli yn rhoi pethau yn ôl i bersbectif.
- Defnyddiwch P.R.A.Y :-

Pause – Oedi, **Rejoice** – Llawenhau, **Ask** – Gofyn, **Yield** - Ildio

3. Cwestiynau Trafod 20 munud

C. Beth oedd fwyaf defnyddiol neu fwyaf heriol yn y fideo i chi?

C. Paham y tybiwch ein bod fynychaf yn cysylltu gweddi â gofyn, yn hytrach nag â mawl ac addoliad?

"Wrth orchymyn inni ei ogoneddu, y mae Duw yn ein gwahodd i'w fwynhau." – CS Lewis

C. A ydych yn mwynhau treulio amser gyda Duw ?

Pa bryd y mae gweddi'n teimlo'n fwyaf pleserus ?

C. Dywed Pete fod gweddi yn ymwneud yn bennaf â pherthynas â Duw:

"Mae'n fater o berthynas nid cytundeb". **"It's relational, not transactional"**

Sut mae hyn yn newid eich persbectif o ddod at Dduw mewn gweddi?

C. Yn y darn o Lyfr yr Actau, rhoddodd yr eglwys fore eu hargyfwng eu hunain mewn persbectif trwy addoli.

Beth yw'r pethau ymarferol y gallech chi eu gwneud yr wythnos hon i feithrin agwedd o addoli yn eich trefn feunyddiol?

4. Gweithredu 15 munud

Ceisiwch feithrin ysbryd diolchgarwch a mawl trwy fyfyrio ar Salm 8.

Fel grŵp, darllenwch Salm 8 yn uchel gyda'ch gilydd.

Efallai yr hoffech chi ddirprwyo gwahanol adnodau i wahanol bobl, neu annog un person yn unig i'w darllen yn uchel.

Yna, cymerwch amser i **Oedi a Llawenhau**:

Oedwch: Cymerwch eiliad mewn distawrwydd a gwahoddwch yr Ysbryd Glân i'ch helpu i fyfyrio ar yr hyn rydych chi newydd ei ddarllen.

Llawenhewch: Anogwch aelodau'r grŵp i weddïo'n uchel weddïau o addoliad. Gwahoddwch bawb i fyfyrio ac i ddiolch i Dduw am un neu ddau beth yn eu bywydau. Efallai yr hoffent ddefnyddio'r Salm fel ysbrydoliaeth hefyd.

Nodyn i'r arweinydd
Os oes gennych amser ac mae'n teimlo ei fod yn briodol i'ch grŵp, efallai yr hoffech chi barhau â'r camau GWEDDI trwy ofyn a ildio.

Adnoddau'r Sied Offer: Addoliad

Mae'r rhain i'w cael yn **prayercourse.org/toolshed**

- “How to oray the Psalme” - Sut i weddïo’r Salmau
- “How to practise Christian meditation - ”Sut i ymarfer myfyrdod Cristnogol
- “How to pray creatively” - Sut i weddïo'n greadigol
- “How to pracise the Presence of God” - Sut i ymarfer Presenoldeb Duw