

Amynedd

Darllen: Colosiaid 3:12

Rai blynyddoedd yn ôl, mi fyddwn i'n cael poen yng ngwaelod fy nghefn, a hwnnw'n mynd i lawr fy nghoesau. Fel arfer byddwn yn dioddef yn ddistaw, ond ar brydiau byddai'n arteithiol, a doedd dim amdani ond mynd i weld y meddyg. Yn ei farn ef, poenau cyhyrol oedden nhw; ac awgrymodd fy mod yn gwneud apwyntiad i weld y ffisiotherapydd. A dyma ufuddhau ar f'union er mwyn cael gwared â'r poenau. Gwraig ganol oed oedd y ffisiotherapydd. Yn ei chôt wen â'i gwallt yn ddu fel y frân roedd golwg Eidalaid arni. Gwrandawodd yn astud ar fy stori, ac ymhen y rhawg rhoddodd fi i orwedd ar wely esmwyth. Bu'n tylino'n ysgafn am ddeng munud neu fwy, ac meddai'n ddistaw, 'Dyna ddigon am heddiw'. Codais o gludwch y gwely, ond os rhywbeth roedd y boen yn waeth. Ymlwybrais i wisgo gan gwyno fod y boen yno o hyd, a'r ateb a gefais oedd, 'Dowch yn ôl yfory, yr un amser'. Ac felly y bu am ddyddiau, yn ôl a blaen, tylino a gorffwyso, ond gwaethygu oedd y boen. Erbyn hynny, roedd gen i boen arall - roedd y waled yn gwagio gyda phob apwyntiad! Wedi deng niwrnod, fe alwodd y wraig ar ei chydweithiwr i ddod i'r ystafell, a dyma hi'n esbonio fod y ddwy ohonyn nhw am 'ymosod' arna i. Dyma ddechrau fy siglo o ochr i ochr, yn raddol i ddechrau, ond yna gydag arddeliad! Roeddwn i'n teimlo bod y ddwy yn tynnu'n groes i'w gilydd, a dyna pryd y teimlais holl gyhyrau'r corff yn cloi, ac wedi un hyrddiad arteithiol clywais glec yng ngwaelod fy nghefn. Y munud hwnnw, dyma'r ddwy'n arafu ac yn dweud wrthyf am ymlacio a chau fy llygaid. Syrthiais i gysgu. Ymhen y rhawg, clywais leisiau tawel yn fy neffro. 'Codwch rŵan, cariad,' meddai un ohonyn nhw, 'mi fyddwch chi'n well rŵan.'. A dyna ddigwyddodd. Codais a rhodiais, a'r boen wedi mynd. Roeddwn yn ddyn newydd.

Creadur digon diamynedd ydw i. Eisiau i bob dim ddigwydd ddoe? Mae'n rhaid i bethau ddigwydd y munud yma – yn aml iawn, fedra i ddim disgwyl. Pan oeddwn yn gadael y gwragedd yn eu cotiau gwynion, holais nhw pam

oedd y driniaeth wedi cymryd cymaint o amser. A'r ateb oedd y byddai ymyrraeth fuan wedi gwneud mwy o ddrwg nag o les. 'Amynedd, cariad bach, a chofiwch fod y cyfnodau o ymlacio ar ôl pob triniaeth yn hynod o bwysig.' Cyfle, felly, i fod yn amyneddgar ac i ymlacio. Dwy wers hynod o bwysig.

Mor aml rydyn ni'n barod i ymladd yn erbyn yr hyn y mae Duw yn ei gynnig i ni, gan gredu ein bod ni'n gwybod yn well. Rydyn ni'n credu iddo ddod i wneud drwg i ni yn hytrach na'n gwella. Ond mae'n rhaid cofio fod ei bresenoldeb ar brydiau'n dod â phoen yn ei sgil, yn enwedig pan fyddwn ni'n gorfod wynebu newidiadau yn ein bywydau. Mae'r boen o dyfu o'r newydd yn gallu bod yn annioddefol ar brydiau. 'Ymlaciwch,' meddai'r wraig yn y gôt wen. Doedd hi ddim yn hawdd ymlacio yng nghanol poen. Ond dyna fu'n rhaid i mi ei wneud. Mae'n biti na fydden ni'n medru ymlacio yng ngŵydd Duw. Dysgu aros a disgwyl. Rwy'n sicr y byddai gwneud hyn o les mawr i ni. Diolch am boen cefn i ddysgu gwersi pwysicaf bywyd.

Myfyrdod pellach:

Pa mor amharod ydyn ni i ymlacio yng ngŵydd Duw?

Ydi bod yn amyneddgar yn gallu'n gwneud yn bobl ddiog?