

Iechyd

Darllen: Salm 39:7

Rwy'n cofio gofyn i fyfyrwr oedd yn mynd trwy gyfnod anodd yn y coleg os oedd rhywbeth yn ei boeni. Ar y dechrau, mynnodd nad oedd dim ar ei feddwl a'i fod yn credu ei fod yn gwneud ei waith yn iawn. Ond ymhen rhai dyddiau, daeth draw am sgwrs. Ar ôl trafod hyn a'r llall, cyfaddefodd bod un peth yn ei boeni a'i ofidio'n fawr. Methiant. 'Mae gen i ofn methu fel myfyrwr ar lawr y dosbarth, ond yn fwy na hynny ofn methu yn yr arholiadau. A phetawn i'n methu, mi fyddai'n anodd iawn i mi wynebu fy nheulu a'm ffrindiau o fewn y pentref. Byddai pawb yn gwybod mewn dim, a byddai hynny'n sarhad arnaf fi a'r teulu.'

Beth sy'n ein cymell? Dywedodd un arweinydd cerddorfa mai'r hyn oedd yn ei boeni – yn ei gymell i fynd ymlaen, mewn gwirionedd – oedd ofn methu. 'Sefyll o flaen y gerddorfa a sylweddoli bod un o'r ffidlwyr allan o diwn neu fy mod i wedi gwneud llanast wrth arwain.' Mae'n bur debyg bod hyn yn wir am bawb ohonom. Paratoi'n ofalus ar gyfer arholiadau, rhag ofn i ni fethu a gorfod diodde'r gwarth o wynebu cyfeillion. Mae'r un peth yn wir am y rhai ohonom sy'n gorfod paratoi'n wythnosol ar gyfer y pulpud. Paratoi gofalus, rhag ofn i ni fod yn fethiant a bod yn y pen draw yn annheilwng o'n galwedigaeth. Faint ohonom sy'n gwybod am gyd-ddisgyblion yn yr ysgol na wnaeth yn dda yn eu haddysg, ond a flodeuodd ar ôl gadael ysgol a dod yn arweinwyr eu cymunedau?

Dywed y Salmidd yn berffaith glir, 'Fe gynnal yr Arglwydd bawb sy'n syrthio, a chodi pawb sydd wedi eu darostwng' (Salm 145:14). Ond mae'n rhaid bod yn bwylllog. Mae tuedd i bobl grefyddol gredu, os byddan nhw'n ffyddlon i Dduw y dylai Duw ganiatáu iddyn nhw bob llwyddiant a'u gwarchod rhag anawsterau bywyd, gorthrymder, dioddefaint a methiant. Mae sawl un yng nghanol eu methiannau yn gofyn, 'Beth ydw i wedi'i wneud i haeddu hyn?' Yr ateb syml ydi 'Dim oll'. Rwy'n cofio dyn oedd wedi bod yn weithgar ym mywyd ei gapel, ac oedd wedi byw'n dda ar

hyd ei oes, yn gorwedd mewn ward ysbyty yn ei wendid a'i boen yn gofyn, 'Mi ydw i wedi gweithio'n galed iddo Fo ar hyd fy mywyd, ac edrychwch lle mae O wedi 'ngadael yn fy mhoen. Oedd o'n werth yr holl ymdrech a'r ffyddlondeb a'r dyfalbarhad?' Yr hyn mae Duw'n ei addo yw ei ras, a dylai hwnnw fod yn ddigonol i ni ym mhob amgylchiad.

Edrychwn ar un elfen arall – gobaith. Y gobaith Cristnogol ydi'r gobaith sydd wedi ymdeimlo â phopeth, ac wedi mynd drwy bopeth, ond eto heb anobeithio oherwydd cred ddiysgog yn Nuw. Nid gobaith yn y natur ddynol, nag mewn daioni dynol, na hyd yn oed y gwerthoedd dynol yw'r gobaith Cristnogol; mae'r gobaith Cristnogol wedi ei sylfaenu ar nerth Duw – y nerth oddi uchod. Meddai'r Salmydd, 'Gwyn ei fyd y sawl y mae Duw Jacob yn ei gynorthwyo, ac y mae ei obaith yn yr Arglwydd ei Dduw (Salm 146:5). Mae Paul yn ei lythyr at y Rhufeiniaid yn mynd ymhellach, 'A bydded i Dduw, ffynhonnell gobaith, eich llenwi â phob llawenydd a thangnefedd wrth i chwi arfer eich ffydd, nes eich bod, trwy nerth yr Ysbryd Glân, yn gorlifo â gobaith' (Rhufeiniaid 15:13).

Myfyrdod pellach:

Ydych chi wedi cael y profiad o 'orlifo â gobaith'?

Faint o bregethu gobaith ydych chi'n ei glywed y dyddiau hyn?