

Mae popeth yn dibynnu ar ein hagwedd

“Y mae'r Arglwydd yn agos at y drylliedig o galon ac yn gwaredu'r briwedig o ysbryd.” (adn. 18)

Beth am ddarllen Salm 34:1–22 ac yna myfyrio

Mae'r da a'r drwg yn dioddef poen a dioddefaint – yn gorfforol ac yn emosiynol. Ond tra bod yr un profiadau yn dod i gyfarfod â phob dyn, nid ydynt yn cael yr un effaith ar bawb. Gall yr un peth ddigwydd i ddau berson gwahanol a gall yr effaith fod yn gyfan gwbl wahanol. Mae'r cyfan yn dibynnu ar ein hagwedd. Yn ôl un, “Yr hyn y mae bywyd yn ei wneud yn y tymor hir yw'r hyn y mae bywyd yn ei ddarganfod ynom ni.”

Mewn eglwys lle roeddwn yn weinidog yr oedd dau ddyn, y ddau'n Gristnogion, a'r ddau'n bartneriaid mewn cwmni a aeth, a hynny ar waethaf y ddau, yn fethdalwr. Ymateb y naill oedd tristwch a bu'n rhaid iddo wynebu tymor helaeth o gynghori am flwyddyn gyfan i fedru delio gyda'i anawsterau emosiynol. Roedd y llall, er yn drist yn gresynu am y methdaliad, a hynny heb fod ar sail unrhyw beth iddyn nhw ei wneud, yn ei weld fel rhywbeth a allai ddysgu gwersi pwysig a fyddai'n ei alluogi i fod yn fwy gofalus yn y dyfodol. Fe aeth allan i edrych am swydd arall. Bu'n llwyddiannus yn y swydd honno ac mewn amser, medrai ddefnyddio rhywfaint o'r arian a enillai i dalu'r credydwy'r. Yr un digwyddiad ond gydag effaith cwbl wahanol. Yn aml iawn mewn bywyd, nid gweithredoedd pobl eraill sy'n ein torri ond ein hymateb ni i weithredoedd pobl eraill. Mae angen cofio hynny.

Gall poen emosiynol wneud rhai yn chwerw ac yn achos eraill eu puro a dwyn hyd yn oed elfen o felyster. Yr hyn sydd yn cyfrif yw ein hagwedd a'n parodwydd i ganiatáu i Dduw ddod i mewn i ganol ein poen a'i droi i ddiben daionus. Mewn bywyd, nid yr hyn sy'n digwydd inni sydd yn bwysig ond sut ydym yn ymateb wedi i hyn ddigwydd. Mae un peth yn sicr, mae Duw yn sefyll o'n plaid yn ein poen, yn disgwyl cynorthwyo i newid chwerwder profiadau anodd i mewn i aur bywyd buddugoliaethus.

Beth am fynd ymlaen i ddarllen:

Rhuf. 12:1–3; Eff. 4:20–28

Meddylwch am y cwestiynau hyn:

1. Beth yw'r trawsnewidiad y cyfeiria Paul ato?
2. O ble y daw agwedd meddwl newydd?

Gweddi

O Dad, maddau i mi am fod mor barod i geisio delio gyda phoen yn fy mywyd yn fy nerth fy hun tra wyt ti'n disgwyl, yn sefyll yn ymyl ac am drawsffurfio fy mhoen i i ddiben bendithiol. Amen.