

Y Synhwyrau

Darllen: Iago 1:19

‘Sawl gwaith ydw i wedi gofyn?’ ‘Wyt ti’n gwrandu?’ neu ‘Dydi hwn yn gwrandu dim arna i’. Mae’n amlwg bod gwrandu a chlywed yn mynd yn fwy o broblem y dyddiau hyn. Mae ‘clywed’ a ‘gwrandu’ yn ddau beth gwahanol. Mi fedrwn ni glywed y gŵr yn gweiddi nerth ei ben, ond prin y byddwn yn gwrandu arno. Wrth fynd i ambell siop, fe glywn gerddoriaeth yn y cefndir ond pur anaml y byddwn yn gwrandu arno. Dyma’r prif wahaniaeth rhwng clywed a gwrandu: mae clywed yn golygu bod y glust yn derbyn y sŵn, ond mae gwrandu’n golygu dehongli a deall y sŵn ac ymateb iddo. Mae stori ddiddorol am un o arlywyddion America, Franklin D. Roosevelt. Roedd wedi hen flino ar orfod gwenu ac ysgwyd llaw’r ymwelwyr a ddeuai i’r Tŷ Gwyn. Felly, penderfynodd un diwrnod wneud arbrawf er mwyn gweld a oedd pobl yn gwrandu o ddifrif. Wrth ysgwyd llaw â’r gwahoddedigion y diwrnod hwnnw, meddai wrth bob un fesul un, ‘Mi wnes i lofruddio fy mam yng nghyfraith y bore yma’ a’r atebion yn ddi-feth oedd, ‘O! neis iawn, mae’n hyfryd eich gweld chi Arlywydd’ neu ‘Diolch i chi am y gwahoddiad’. Dim ond un, yn ôl yr hanes a atebodd yn wahanol, ‘O mae’n siŵr ei bod hi’n gofyn amdani!’ Tybed ydi pobl yn gwrandu?

Un o’r cyrsiau gorau y bŵm i arno erioed oedd cwrs ar ‘weinidogaeth gwrandu’. Neges ganolog y cwrs oedd mai’r ffordd orau i helpu rhywun mewn unrhyw fath o argyfwng yw gwrandu. Wrth geisio helpu, ein greddf bob amser yw rhoi cyngor neu hyd yn oed ddweud, ‘fel hyn y buaswn i’n gwneud’. Mae gwrandu astud a chynorthwyo’r llall i ddweud ei stori yn llawer mwy tebygol o ysgafnhau ei faich. Ond cofiwn nad mater o ddewis y ffordd hawdd yw gwrandu. Yn aml iawn, dyma’r ffordd anoddaf. Y peth pwysicaf yw dangos ein bod yn gwrandu, a gellir gwneud hyn mewn gair ac ystum gan ymateb mewn ffordd a fydd yn gwneud i’r unigolyn fod yn barod i ddweud mwy.

Dyma gyfraniad mawr mudiad y Samariaid. Maen nhw ar gael ddydd a nos i wrando. Mae Chad Varah, sylfaenydd y mudiad, yn sôn am wraig ddaeth i’w weld i’w ganolfan yn Llundain. Y tro cyntaf iddi ddod, prin y gallai hi ddweud ei stori gan fod ei meddwl ar hyd ac ar led, ond erbyn yr ail a’r trydydd ymweliad roedd y stori’n fwy trefnus. Erbyn y pumed ymweliad, roedd hi’n dechrau ymresymu â hi ei hun. Diolchodd i Chad am ei gyngor, ond doedd o ddim wedi ei chynghori o gwbl – dim ond wedi gofyn ambell gwestiwn yn awr ac yn y man. Roedd dau beth pwysig wedi digwydd. Yn un peth, roedd hi wedi cael rhywun oedd yn barod i wrando arni yn rhannu ei phrofiadau a’i hanawsterau, ac yn ail roedd y wraig wedi medru rhoi cyngor iddi hi ei hun a’i harweiniodd o gors anobaith. Yr un sy’n chwilio am gymorth sydd i ddod gyntaf, a thasg y gwrandaŵr yw ei gynorthwyo i ddweud ei ddweud.

Myfyrdod pellach:

Beth yw’r gwahaniaeth rhwng ‘gwrando’ a ‘chlywed’?

Oni ddylen ni fel aelodau eglwysig gael ein hyfforddi i ddysgu gwrando?