

Y Rhai Nas Cymodwyd – Garawys 2011

Clwyfau ac Iacháu

Dydd Sul, 3 Ebrill 2011 (Sul y Fam)

DECHRAU'R DAITH

Briwiau a gofalwyr

Wrth gychwyn ar daith y Garawys buom yn meddwl amdanom ein hunain fel creaduriaid sy'n byw ac a fydd farw ac y mae ein gobaith yn y ffydd Gristnogol ac yn rhodd Duw inni o lesu. Yn ystod y Garawys yr ydym yn ein clymu ein hunain ynghyd â'i stori ef er mwyn medru ymdeimlo'n ddyfnach â dirgelwch ei farwolaeth a'i atgyfodiad. Ar y pedwerydd Sul hwn edrychwn ar natur clwyfau ac iachâd a lle'r pethau hyn yn ein bfywyd y gobeithiwn, os myn Duw, ei fyw'n iach a bywiog a defnyddiol. Wrth fyfyrto ar glwyfau ac iachâd, rhaid inni fyfyrto hefyd ar y ffaith i lesu aberthu'i fywyd drosom ac ar yr iachâd y deil i'w ddwyn i'n byd amherffaith.

Ar ein taith trwy fywyd, caiff pawb ohonom ein brifo. Dysgwn yn blant am grafiadau, sgriffiadau, ergydion, archollion, cleisiau a doluriau. Gwyddom i gyd am yr ysgytiad a'r loes o gael ein clwyfo, am ben corfforol. Daw anafiadau bychain fel y rhain yn rhan o fywyd. Dysgwn yn blant hefyd y bydd y gwaed yn ceulo a chrachen yn ffurfio ac, os yw'r clwyf yn un dwfn, y gall fod craith. Mae creithiau'n rhan o'n hanes, ac yn tystio inni gael ein clwyfo a'n hiacháu. Genir rhyw ychydig o bobl heb y gallu i deimlo poen. Bydd pobl o'r fath farw oni chymerant ofal mawr ohonynt eu hunain, am na fyddant yn teimlo unrhyw boen pan gânt anaf. Mae poen yn ein rhybuddio i chwilio am driniaeth ac adferiad. Os ydym yn gyffredinol iach, fe wyddom, os clwyfir ni, y byddwn yn gwella'n fuan ac y bydd popeth yn iawn.

Pan fo clwyfo ac iacháu yn mynd gyda'i gilydd fel hyn, y mae cydbwysedd yn ein bywyd, ond fe wyddom hefyd fod y byd hwn yn lle na chaiff clwyfau rhai pobl byth mo'u hiacháu. Cam-drinnir rhai plant ac oedolion yn eu cartrefi eu hunain; agorir a dyfnheir eu clwyfau'n gyson fel bod iachâd yn amhosibl a byddant farw o'u camdriniaeth. Emosiynol neu seicolegol yw rhai clwyfau; fe'u hachosir gan esgeulustod neu gamdriniaeth emosiynol oddi ar law pobl eraill, a hynny'n niweidio iechyd y meddwl. A gall pobl ddioddef anafiadau dychrynlyd mewn damweiniau ffordd, tanau, rhyfeloedd neu drychinebau naturiol, a bydd angen holl fedr meddygon, nyrsus, therapyddion, cwnselwyr a phobl broffesiynol eraill ym myd meddygaeth i'w cynorthwyo i wella'n feddyliol ac yn gorfforol.

Ledled y byd, y mae llawer o bobl na chânt byth gyfle i fod yn iach. Mewn llawer o'r gwledydd sy'n datblygu bydd pobl yn marw o glwyfau syml iawn, am na allant gael triniaeth wrthfotig neu frechiadau. Gall crafiad bach fod yn ddigon heintus i ladd. Bydd pobl yn marw hefyd o afiechydon cyffredin y gellir eu hatal, ac y mae llaweroedd o blant yn marw am eu bod yn cael eu geni gydag HIV. Bydd mamau a'u babanod yn aml yn marw ar achlysur genedigaeth – peth anghyffredin iawn yma. Dyma, felly, garfan arall o Rai Nas Cymodwyd – pobl na chânt byth gyfle i fyw bywyd iach. Yn y Gorllewin, yr ydym yn hynod o ffodus ein bod yn medru manteisio ar feddygaeth fodern a thueddwn i gymryd yn ganiataol y gellir bob amser iacháu ein clwyfau. I ni heddiw, sioc fawr yw clywed gan feddyg neu lawfeddyg nad oes dim mwy y gellir ei wneud ac y bydd rhywun a garwn yn marw, ac mai marwolaeth weithiau yw'r unig iachâd posibl.

Ar Sul y Fam, byddwn hefyd yn ystyried rôl 'bod yn fam' yn y gwaith o rwymo ein clwyfau a'n cynorthwyo i wella a sut y gallwn weld, yng nghariad ein mam a chariad pawb sy'n gofalu amdanom, gariad y Duw sydd am iacháu'r cread oll.

Gweithgaredd

Dewiswch o blith yr isod:

- Gofynnwch i aelodau'r grŵp rannu unrhyw brofiad o fod mewn ysbyty. Sut beth oedd bod yn glaf a sut beth oedd mynd adref?
- Newyddiadurwraig yw Melanie Reid, a dorrodd ei gwddf a'i chefn pan gwmpodd oddi ar geffyl. Ers hynny, y mae wedi ysgrifennu colofn i gylchgrawn y *Times* bob dydd Sadwrn dan y pennawd 'Spinal Column'. Darllenwch hi ar-lein (www.timesonline.co.uk/tol/comment/columnists/melanie_reid/article7141687.ece) neu yn y papur newydd, yn sôn am ei thriniaeth ac am droeon proses araf iawn. Beth, dybiwch chi, sy'n cynnal rhywun a anafwyd mor ddifrifol?
- Gofynnwch i bobl rannu unrhyw storïau sydd ganddynt am fyw gydag afiechyd parhaol megis asthma, gwynegon, clefyd y siwgr, ac ati. Beth yw ystyr iacháu yng nghyd-destun afiechyd cyson? Pa berthynas sydd rhwng iacháu a byw gydag afiechyd neu anabledd?

MYND YN DDYFNACH

Cariad mam

Kieran, 22 oed

Pan ddeffrois yn yr ysbyty, yr oeddwn yn yr uned gofal dwys. Dywedodd y meddygon wrthyf i'm beic sgidio ar y ffordd wleab a tharo'r bariau diogelwch. Disgynnais i'r ffordd ac fe'm trawyd gan y car a oedd yn dod y tu ôl imi. Pan ddywedwyd hyn wrthyf, mi gofiais yn sydyn am syrthio oddi ar fy meic pan oeddwn i oddeutu pump oed, a brifo fy mraich a'm coes. Mi es adref dan grio at mam, yn disgwyl y byddai hi'n dweud y drefn wrthyf am fynd allan ar y beic, a hithau wedi dweud wrthyf am beidio. Yn lle hynny, fe afaelodd hi amdanaf, mynd â mi i'r tŷ a nôl powlen o ddŵr a phlasteri. Glanhaodd y briwiau a rhoi'r plasteri arnynt. Ac yna, meddai 'Rhaid iti bob amser fod yn ofalus, a gwisgo dy helmed, pan fyddi di'n mynd ar dy feic'. Meddyliais ynof fy hunan na fedrai hi ddim gwella'r anafiadau hyn ar chwarae bach, ond o leiaf roeddwn i'n gwisgo fy helmed. Y cwbl oedd arna i ei eisiau oedd iddi gael dod i'm gweld. Roedd arna i eisiau gweld mam. Pan ddaeth hi, fe wydd. Eisteddodd yno yn cydio yn fy llaw. Dywedodd y meddygon y byddwn i wedi cael fy lladd pe na bawn i wedi bod yn gwisgo fy helmed a'm dillad lledr. Bob dydd byddwn yn disgwyl i mam ddod i gydio yn fy llaw, fel pe bawn i'n hogyn bach unwaith eto.

Mae stori Kieran yn cofnodi'r profiad o 'ofal mam' yr ydym i gyd yn ei drysori os buom yn ddigon ffodus i dyfu i fyny mewn teulu cariadus, mawr ei ofal. Ac yntau wedi'i anafu'n erchyll, aeth ei feddwl ag ef yn ôl at gariad ei fam – ei gofal drosto ac amdano, y modd y bu iddi ei gysuro a'i nyrsio. Gydol y misoedd hir o boen, llawdriniaethau a therapi corfforol a ddilynodd, dibynnai ar ei fam i fod yno i gydio yn ei law, er na allai hi ddim bellach gwella'i glwyfau a bod yn rhaid iddo yn awr ddibynnu ar sgiliau meddygon.

Mae'r sawl a anafwyd yn dyheu am 'ofal mam' am fod y gofal hwnnw'n golygu llawer mwy na rhwymo clwyf. Golygu arddangos gorlif o gariad a thrugaredd, rhoi cysur, darparu diogelwch a sicrwydd ar ôl sioc yr anaf, addo ffyddlondeb a chadernid yn wyneb poen parhaus. Y mae gan lawer ohonom atgofion dwfn am dderbyn y math hwn o gariad a chysur, a'r addewid amdanynt gartref a'n gwnaeth ni'n wrol i fynd allan i wynebu peryglon bywyd bob dydd. Ond sylweddolai Kieran hefyd fod gofal ei fam wedi effeithio ar ei ymddygiad: yr oedd yn gwisgo'i helmed ar y diwrnod pan oedd ei gwir angen arno.

Nid oes raid i'n profiad o 'ofal mam' ddod oddi wrth ein mam. Gall tad, brodyr a chwirydd, perthnasau eraill, cyfeillion, nyrsus, a llu o wahanol ofalwyr roi inni gysur a gofal pan fyddwn yn glaf neu mewn ysbyty neu ag angen gofal arnom. Weithiau, delwedd y salmydd o ofal Duw amdanom yw ein bod yn cuddio yng nghysgod ei adenydd (61.4; 17.8) a defnyddia Iesu'r un ddelwedd pan ddywed ei fod am warchod ei bobl fel y bydd iâr yn gwarchod ei chywion. Gall ein profiad o'r Eglwys hefyd, ac o'r gymdeithas Gristnogol, fod yn brofiad o 'ofal mam' – pobl eraill yn

gofalu amdanom pan fydd pethau'n gyfyng arnom. O'r profiad hwn, y modd y derbyniwn ofal corfforol, emosiynol ac ysbrydol, y dysgw'n sut i roi'r un gofalu i eraill – i roi fel yr ydym wedi derbyn. Adlewyrchir teimladau fel hyn yn aml mewn delweddu o Fair yn gofalu am y baban Iesu. Ond gall gofalu am glaf adael ei ôl ar bobl, eu llwyr ddiffygio a gosod arnynt feichiau ychwanegol a fydd yn niweidio'u hiechyd. Weithiau, bydd yn rhaid i famau ofalu am blant ac am rieni oedrannus ar yr un pryd. Mae'n werth cofio hefyd y troir swyddogaethau'r 'fam' weithiau o chwith, a phlant yn gorfod bod yn ofalwyr, yn brwydro i gadw tŷ ac i ofalu am rieni na fedrant ddod i ben. Yn rhy aml, ni wyddom ddim amdanynt, nac am y cymorth a'r gefnogaeth y mae arnynt eu hangen. Pan ddiwydd hyn, deuant yn garfan o bobl Nas Cymodwyd yn ein cymunedau, rhai sydd bron yn anweledig.

Storiâu am ofalwyr ifainc

<http://www.youtube.com/watch?v=uupS3FQI6AA> (15 mins)

<http://www.youtube.com/watch?v=QHQTSCgz5gs&feature=related> (2 minutes)

Gweithgaredd

- Rhowch amser i ystyried sut y mae eich eglwys yn gofalu am bobl a anafwyd neu sy'n glaf. Beth sy'n digwydd ynglŷn ag ymweld â'r rhai sy'n glaf, yn unig neu mewn profedigaeth? Sut y byddir yn ymweld â phobl sydd yn yr ysbyty? Pa fath o fudiadau gofalu a nyrsio eraill sydd yn eich cymuned a sut y gallech wneud mwy i'w cefnogi? Efallai y gallech gynnal digwyddiad codi arian, amser gweddi neu ddiwrnod gwerthfawrogi'r proffesiynau sy'n gofalu am bobl.
- Pa fath o weinidogaeth iacháu a gynigir gan eich eglwys? Beth yn fwy y gellid ei wneud i greu cysylltiadau â'r proffesiynau sy'n gofalu am bobl yn y gymuned?
- Ceisiwch ddarganfod mwy am bobl sy'n gofalu am berthnasau. Fe all y gall rhywun yn eich cynulleidfâ sôn am fod yn ofalwr, neu y gall athro sôn am yr anawsterau sy'n wynebu gofalwyr ifainc. Neu gallwch wylïo'r darnau ffilm am ofalwyr ifainc a thrafod sut y gallech wneud mwy i gefnogi pobl ifainc sy'n gofalu am eu perthnasau.

SYMUD YMLAEN

Darllen y Beibl

Salm 23

¹ **Salm. I Ddafydd.** Yr Arglwydd yw fy mugail, ni bydd eisïau arnaf.

² Gwna imi orwedd mewn porfeydd breision, a thywys fi gerllaw dyfroedd tawel,

³ Ac y mae ef yn fy adfywio. Fe'm harwain ar hyd llwybrau cyfiawnder er mwyn ei enw.

⁴ Er imi gerdded trwy ddyffryn tywyll du, nid ofnaf unrhyw niwed, oherwydd yr wyt ti gyda mi, a'th wialen a'th ffon yn fy nghysuro.

⁵ Yr wyt yn arlwygo bwrdd o'm blaen yng ngŵydd fy ngelynion; yr wyt yn eneinio fy mhen ag olew; y mae fy nghwpan yn llawn.

⁶ Yn sicr, bydd daioni a thrugaredd yn fy nilyn bob dydd o'm bywyd, a byddaf yn byw yn nhŷ'r Arglwydd weddill fy nyddiau.

Myfyrdod ysbrydol ar gariad Duw a'i ofal 'mamol' yw Salm 23. Y mae Duw'n tywys y salmydd, fel y gall deimlo'n ddiogel mewn byd peryglus. Lleddfir ei ofnau a'i bryderon ac y mae presenoldeb Duw yn ei gysuro. Er nad yw peryglon bywyd yn diflannu'n lledrithiol, nid oes arno ofn, am fod rhodio gyda Duw yn cynnig profiad arall iddo – profiad o gyflawnder bywyd. Y mae byw mewn adnabyddiaeth o ofal cariadus Duw yn 'adfer' yr enaid ac yn dod â thangnefedd.

Cwestiynau i'w trafod

- Beth, dybiwch chwi, sy'n rhwystro pobl rhag cael perthynas fel hyn â Duw?
- Yn aml, bydd pobl yn dewis y salm hon at angladdau a phriodasau? Pam, dybiwch chwi, fod ei geiriau'n llefaru wrth bobl ar yr achlysuron hyn?
- Ymhle y gwelsoch dystiolaeth o gariad 'mamol' Duw yn eich bywyd, yn yr eglwys, yn y byd?

DARLLEN Y BEIBL

Efengyl

Ioan 9.1-41

- ¹ Wrth fynd ar ei daith, gwelodd Iesu ddyn dall o'i enedigaeth.
- ² Gofynnodd ei ddisgyblion iddo, "Rabbi, pwy a bechodd, ai hwn ynteu ei rieni, i beri iddo gael ei eni'n ddall?"
- ³ Atebodd Iesu, "Ni phechodd hwn na'i rieni chwaith, ond fe amlygir gweithredoedd Duw ynddo ef.
- ⁴ Y mae'n rhaid i ni gyflawni gweithredoedd yr hwn a'm hanfonodd i tra mae hi'n ddydd. Y mae'r nos yn dod, pan na all neb weithio.
- ⁵ Tra byddaf yn y byd, goleuni'r byd ydwyf."
- ⁶ Wedi dweud hyn poerodd ar y llawr a gwneud clai o'r poeryn; yna irodd lygaid y dyn â'r clai,
- ⁷ Ac meddai wrtho, "Dos i ymolchi ym mhwll Siloam" (enw a gyfieithir Anfonedig). Aeth y dyn yno ac ymolchi, a phan ddaeth yn ôl yr oedd yn gweld.
- ⁸ Dyma'i gymdogion, felly, a'r bobl oedd wedi arfer o'r blaen ei weld fel cardotyn, yn dweud, "Onid hwn yw'r dyn fyddai'n eistedd i gardota?"
- ⁹ Meddai rhai, "Hwn yw ef." "Na," meddai eraill, "ond y mae'n debyg iddo." Ac meddai'r dyn ei hun, "Myfi yw ef."
- ¹⁰ Gofynasant iddo felly, "Sut yr agorwyd dy lygaid di?"
- ¹¹ Atebodd yntau, "Y dyn a elwir Iesu a wnaeth glai ac iro fy llygaid a dweud wrthyf, 'Dos i Siloam i ymolchi.' Ac wedi imi fynd yno ac ymolchi, cefais fy ngolwg."
- ¹² Gofynasant iddo, "Ble mae ef?" "Ni wn i," meddai yntau.
- ¹³ Aethant â'r dyn oedd wedi bod gynt yn ddall at y Phariseaid.
- ¹⁴ Yr oedd yn Saboth y dydd hwnnw pan wnaeth Iesu glai ac agor llygaid y dyn.
- ¹⁵ A dyma'r Phariseaid yn gofyn iddo eto sut yr oedd wedi cael ei olwg. Ac meddai wrthynt, "Rhoddodd glai ar fy llygaid ac ymolchais, a dyma fi'n gweld."
- ¹⁶ Felly dywedodd rhai o'r Phariseaid, "Nid yw'r dyn hwn o Dduw; nid yw'n cadw'r Saboth." Ond meddai eraill, "Sut y gall dyn sy'n bechadur wneud y fath arwyddion?" Ac yr oedd ymraniad yn eu plith,
- ¹⁷ A dyma hwy'n gofyn eto i'r dyn dall, "Beth sydd gennyf ti i'w ddweud amdano ef, gan iddo agor dy lygaid di?" Atebodd yntau, "Proffwyd yw ef."
- ¹⁸ Gwrthododd yr Iddewon gredu amdano iddo fod yn ddall a derbyn ei olwg, nes iddynt alw rhieni'r dyn
- ¹⁹ A'u holi hwy: "Ai hwn yw eich mab chwi? A ydych chi'n dweud ei fod wedi ei eni'n ddall? Sut felly y mae'n gweld yn awr?"
- ²⁰ Atebodd ei rieni, "Fe wyddom mai hwn yw ein mab a'i fod wedi ei eni'n ddall.
- ²¹ Ond ni wyddom sut y mae'n gweld yn awr, ac ni wyddom pwy a agorodd ei lygaid. Gofynnwch iddo ef. Y mae'n ddigon hen. Caiff ateb drosto'i hun."
- ²² Atebodd ei rieni fel hyn am fod arnynt ofn yr Iddewon, oherwydd yr oedd yr Iddewon eisoes wedi cytuno bod unrhyw un a fyddai'n cyffesu Iesu fel Meseia i gael ei dorri allan o'r synagog.
- ²³ Dyna pam y dywedodd ei rieni, "Y mae'n ddigon hen. Gofynnwch iddo ef."
- ²⁴ Yna galwasant atynt am yr ail waith y dyn a fu'n ddall, ac meddent wrtho, "Dywed y gwir gerbron Duw. Fe wyddom ni mai pechadur yw'r dyn hwn."
- ²⁵ Atebodd yntau, "Ni wn i a yw'n bechadur ai peidio. Un peth a wn i: roeddwn i'n ddall, ac yn awr rwyf yn gweld."
- ²⁶ Meddent wrtho, "Beth wnaeth ef iti? Sut yr agorodd ef dy lygaid di?"

- 27 Atebodd hwy, "Rwyf wedi dweud wrthy ch eisoes, ond nid ydych wedi gwrando. Pam yr ydych mor awyddus i glywed y peth eto? Does bosibl eich bod chwi hefyd yn awyddus i fod yn ddisgyblion iddo?"
- 28 Ar hyn, dyma hwy'n ei ddirfrio ac yn dweud wrtho, "Ti sy'n ddisgybl i'r dyn. Disgyblion Moses ydym ni.
- 29 Fe wyddom fod Duw wedi llefaru wrth Moses, ond am y dyn hwn, ni wyddom o ble y mae wedi dod."
- 30 Atebodd y dyn hwy, "Y peth rhyfedd yw hyn, na wyddoch chwi o ble y mae wedi dod, ac eto fe agorodd ef fy llygaid i.
- 31 Fe wyddom nad yw Duw yn gwrando ar bechaduriaid, ond ei fod yn gwrando ar unrhyw un sy'n dduwiol ac yn gwneud ei ewyllys ef.
- 32 Ni chlywyd erioed fod neb wedi agor llygaid rhywun oedd wedi ei eni'n ddall.
- 33 Oni bai fod y dyn hwn o Dduw, ni allai wneud dim."
- 34 Atebodd y Phariseaid ef, "Fe'th aned di yn gyfan gwbl mewn pechod, ac a wyt ti yn ein dysgu ni?" Yna taflasant ef allan.
- 35 Clywodd Iesu eu bod wedi ei daflu allan, a phan gafodd hyd iddo gofynnodd iddo, "A wyt ti'n credu ym Mab y Dyn?"
- 36 Atebodd yntau, "Pwy yw ef, syr, er mwyn imi gredu ynddo?"
- 37 Meddai Iesu wrtho, "Yr wyt wedi ei weld ef. Yr un sy'n siarad â thi, hwnnw yw ef."
- 38 "Yr wyf yn credu, Arglwydd," meddai'r dyn, gan ymgrymu o'i flaen.
- 39 A dywedodd Iesu, "I farnu y deuthum i i'r byd hwn, er mwyn i'r rhai nad ydynt yn gweld gael gweld, ac i'r rhai sydd yn gweld fynd yn ddall."
- 40 Clywodd rhai o'r Phariseaid oedd yno gydag ef hyn, ac meddent wrtho, "A ydym ni hefyd yn ddall?"
- 41 Atebodd Iesu hwy: "Pe baech yn ddall, ni byddai gennych bechod. Ond am eich bod yn awr yn dweud, 'Yr ydym yn gweld', y mae eich pechod yn aros".

Wrth galon y stori hon y mae gwaith trugarog Iesu yn iacháu dyn a aned yn ddall ac a oedd yn barod i dderbyn gweinidogaeth Iesu ac i ymateb mewn ufudd-dod. Ond tanlinella'r stori fod yr iacháu 'corfforol', rhyfeddol ag ydyw, yn rhan o gwllwm o faterion crefyddol, cymdeithasol, seicolegol a gwleidyddol sy'n achosi tensiynau i'r dyn dall ac yn bygwth ei gadw'n un Nas Cymodwyd â'i gymuned. Gofynna'r disgyblion pechod pwy sy'n gyfrifol am ei 'broblem'; cyffroir y cymdogion yn seicolegol – mae'r cardotyn yn awr wedi'i drawsffurfio; mae'r rhieni'n synnu at y newid yng nghyflwr eu mab ac mae'r Phariseaid yn sylweddoli bod yma her enfawr i'w hawdurdod. Yn ymhlyg yn y stori y mae gwahanol 'glwyfau' y gwahanol gymeriadau. Y mae Iesu, fodd bynnag, yn troi oddi wrth broblem, bai ac anabledd at bosibiliadau, gobai a gogoniant i Dduw. Mae'n dod o hyd i'r dyn ac yn ei sefydlu'n rhan o gymuned newydd. Y Phariseaid yn awr yw'r Rhai Nas Cymodwyd, oherwydd eu bod yn gwrthod credu'r hyn a welsant.

Wrth galon y stori hon hefyd y mae'r cwestiwn o bwy yw Iesu ac a ydym o ddifrif yn credu ynddo. Dyna yw'r gwir iachâd i'n clwyfau dynol (gweler 9: 35 -38)

Cwestiynau i'w trafod

- Sut y mae'r rhai a 'glwyfwyd' yn ein cymdeithas yn herio ein cyffyrddusrwydd ni? Pa fath o anhwylderau, afiechydon, anabledau neu afiechydon meddwl yr ydych yn eu cael yn anghysurus neu'n annifyr? Ym mha ffordd y mae hynny'n awgrymu ein bod ninnau wedi ein 'clwyfo'?
- Sut y gallem ymateb yn fwy cadarnhaol i'r rhai a 'glwyfwyd' yn ein cymdeithas? Meddyliwch am enghreifftiau o bobl ac elusennau sy'n dod ag iachâd a chymorth iddynt.
- Sut, dybiwch chwi, y teimlai rhieni'r dyn a aned yn ddall – yn ei fagu a cheisio gofalu amdano yn y gymdeithas a oedd ohoni? Sut y teimlai ei fam pan iachaodd Iesu ef?

Credai'r Phariseaid fod perthynas rhwng afiechyd a phechod. O dro i dro, bu Cristnogion yn dal i wneud y cysylltiad, yn enwedig yn achos afiechydon fel AIDS. Beth yw eich barn chwi am hyn a beth ydych chi'n ei feddwl fyddai Iesu am ei ddweud heddiw am yr honiad mai dialedd Duw yw afiechyd?

SYMUD I'R GARAWYS

Canlyn Iesu

Fel y gwelwch yn y darlenniad o'r Efengyl, yr oedd Iesu'n byw mewn cymdeithas ag ynddi lawer o rai clwyfus a dioddefus. Weithiau deuai pobl yn enwog fel meddygon gwlad – mae adlais o'u harferion yn y clai a wnaeth Iesu o boer yn y stori hon. Yr oedd pobl yn ymddiried mewn ymyrraeth ddwyfol ac mewn amryw arferion defodol, ofergoelus. Cawn enghraifft o hynny yn y cyfeiriad at gyffroi'r dŵr ym mhwl defaid Siloam. Byddai gan iachawyr eu dilynwyr, ac yr oedd galw mawr amdanynt.

Nid yw'n syndod, felly, fod yr efengylau'n cofnodi mai rhan bwysig o weinidogaeth Iesu oedd gofalu am y rhai clwyfus neu anabl neu glaf eu meddwl, neu rai a rwystrid mewn rhyw ffordd arall rhag cyflawni eu potensial. Cofnodir bod pobl yn tyrru ato i ofyn am iachâd iddynt hwy eu hunain neu i'w teuluoedd. Deuent â'r cleifion ar eu gwelyau cystudd – mewn un achos, fe ollyngwyd dyn ato drwy do symudol. Roedd pobl yn heidio o'i gwmpas i gael cyffwrdd ag ef a derbyn ei rym iachael, fel yn stori'r wraig â'r diferlif gwaed.

Fodd bynnag, y mae nodweddion arbennig i weinidogaeth iacháu Iesu. Un nodwedd oedd nad oedd byth yn ceisio bri nac elw personol o leddfu dioddefaint, ond ei fod bob amser yn gofalu gogoneddu Duw. Heyd, yr oedd yn barod i fynd allan o'i ffordd er mwyn pobl cymunedau'r Rhai Nas Cymodwyd, gan gyffwrdd rhai aflan a hyd yn oed rai peryglus a fyddai, fel arall, yn esgymun. Dangosai gydymdeimlad a thrugaredd at rai a dioddefai artaith poen corfforol a meddyliol, ond nid oedd arno ofn herio'r rhai hynny nad oedd arnynt, yn nyfnder eu calonnau, eisiau gwella.

Yn anad dim, eglura Iesu fod yna bwrpas i iechyd. Os ydym yn iach mewn corff a meddwl, gallwn ddefnyddio'n holl egni a gallu i ddod yn gymwys i wneud gwaith Duw yn y byd. Y mae dioddefaint yn ysigo ein hegni fel na allwn weld mor glir. Felly, dylai'r sawl a lwyr iachawyd roi diolch i Dduw.

Ond wrth gwrs fe ymostyngodd Iesu i ymuno â rhengoedd y rhai clwyfus a dioddefus. Nid marwolaeth oedd yr unig beth yr ymgymrodd ag ef, ond artaith hefyd a gwendid a'r holl ddryswch ac anobaith emosynol a all ddod gyda dioddefaint dwys. Yr oedd ei gorff atgyfodedig yn dal i ddwyn olion y clwyfau, ac oddi wrth y r olion hynny yr adwaenai pobl ef. Daeth i fod yr iachawr Clwyfedig, yr un sy'n cymodi'r sawl Nas Cymodwyd: 'trwy ei glwyfau ef yr iachawyd ni'.

Gweithgaredd

Mae llawer o bobl yn cofio Simon Weston, a losgwyd yn ddifrifol ar y llong Sir Galahad yn ystod rhyfel y Falklands.

- Gofynnwch i'r grŵp drafod effaith clwyfau ac iachâd ar hunan-barch a hunaniaeth bersonol.
- Sut, dybiwch chwi, yr oedd mam Simon Weston yn teimlo pan ddychwelodd ei mab o'r Falklands wedi'i losgi mor ddrwg?
- Sut y byddwch yn meddwl am Iesu adeg y Pasg: fel yr un a glwyfwyd ynteu fel yr un sy'n ein hiacháu – neu'r ddau?

SYMUD ALLAN

Gweithgaredd yn y gymuned

Gwnewch restr o'r holl fudiadau sy'n gofalu am bobl yn eich ardal chwi; defnyddiwch y llyfr tudalennau melyn, gwybodaeth lafar a/neu y rhyngwyd. Chwiliwch pwy ydynt a phwy y maent yn eu gwasanaethu. Gallech hefyd ofyn i'ch cangen leol o Undeb y Mamau sôn am eu gwaith yn cefnogi teuluoedd, ac edrych ar rai o'u hadnoddau ar eu gwefan, www.themothersunion.org. Dewiswch ddiwrnod a threfnwch wasanaeth neu gyfnod o weddi i ddiolch am waith rhai o'r mudiadau neu'r unigolion hyn neu'r cyfan ohonynt ac i weddio am iachâd yn y gymuned.

GORFFWYS AR Y DAITH

Myfyrdod diwinyddol a gweddi

Ar dudalen 2, buom yn sôn am Melanie Reid, newyddiadurwraig a dorrodd ei gwddf a'i chefn pan daflwyd hi oddi ar geffyl.

Treuliwch beth amser yn meddwl am le gweddi yn y broses o iacháu. Neu gallech drefnu cyfnod arbennig o weddio i gleifion a rhai profedigaethus yn eich cymuned.

Arglwydd Iesu,

Ni fynwn ddiodef mewn unigrwydd neu'n ddibwrpas.

*Atgoffa ni'n aml i ti brofi gwendidau
a threialon a dioddefiadau bod yn feidrol
– ac iti wneud hynny i'n hachub.*

*Deued dy dioddefiadau a'th glwyfau
â bywyd ac iachâd a gobaith i ni yn awr.*

*Pwyswn ein clwyfau agored ar dy glwyfau gwerthfawr di
fel yr uner ni â thi ac â'th ewyllys inni.*

*Bydded inni dderbyn dy gysur, dy drugaredd a'th ddewrder,
a bydded inni ddod â chysur a thrugaredd a dewrder i eraill.*

*Tywallt dy gariad iachaol i mewn inni
a bydded iddo trwom ni fendithio ac iacháu eraill.*

Amen

Andrew Brookes OP

Beth sy'n mynd i newid?

Yn awr casglwch eich meddyliau a'ch syniadau ynghyd ac ystyriwch y cwestiynau hyn:

- **Ymhle y mae had bywyd newydd?** Pa ddoniau a roddodd Duw inni i gynnig iachâd Cristnogol yn y sefyllfa yr ydym ni ynnddi?
- **Sut i'w gludo?** Pa adnoddau fydd arnom eu hangen i beri bod y weinidogaeth honno o iachau ar gael yn ein sefyllfa ni?
- **Ymhle y genir y bywyd newydd?** Meddylwch am un weithred o gymod y gallwn ei gwneud i beri i'r Rhai Nas Cymodwyd o'n cwmpas deimlo bod sylw'n cael ei roi i'w clwyfau.
- **Sut y gallwn ei feithrin?** Sut y gallwn gynnal y weithred o gymod a sicrhau ei llwyddiant?
- **Beth ydym ni'n obeithio ei weld?** Beth fydd wedi newid ar ddiwedd y broses a pha wahaniaeth y dylai fod wedi ei wneud?

Mynd ymhellach

Sylfaenwyd yr adnodd hwn ar y bennod 'Wounds and Healing' yn y llyfr *Unreconciled?* lle y cewch lawer o wybodaeth, storïau a syniadau pellach y gallwch eu defnyddio at astudiaeth bersonol neu mewn grŵp, gan gynnwys syniadau pellach at weithgareddau.

Bydd y Gwasanaeth Dyddiol ar Radio 4 o 4 i 7 Ebrill yn cynnig mwy o ddarlleniadau a myfyrdodau ar thema clwyfau ac iacháu.

The Wounded Healer, Henri Nouwen (Darton, Longman & Todd, 1994)

A Time to Heal: a Contribution towards the Ministry of Healing (Church House Publishing, 2000)

Cymerwyd y dyfyniadau o'r Ysgrythur allan o'r Beibl Cymraeg Newydd Diwygiedig, 2004, © Cymdeithas y Beibl, Stonehill Green, Westlea, Swindon, SN5 7DG.

Ffotograff o'r Rhai Nas Cymodwyd (y Groes a'r gwydr a dorwyd): CTBI / Vicki a Chuck Rogers / Phil Dragash (Creative Commons - BY-NC-SA)