CYSUR A THRALLOD

Llythyr Bugeiliol ar gyfer mis Tachwedd oddi wrth Esgob Llanelwy
At holl ffyddloniaid Teulu Asaph

Fe allen ni fod yn teimlo ein bod ni'n teithio at yn ôl yr wythnosau diwethaf. Eerbyn y byddwch chi'n darllen hwn, bydd ein hail gyfnod clo yng Nghymru ar ben, a bydd ein cymdogion yn y dwyrain yn dechrau dygymod â mis cyfan o gyfnod clo llawn. Mae ail don Covid yn llifo o'n cwmpas ac mae'r rhagolygon at y Nadolig yn hynod ansicr. Rwy'n synhwyro hefyd ein bod wedi hen syrffedu, syrffedu ar y wyliadwriaeth, ar y cyfyngiadau, yr ansicrwydd, y risg. Un peth oedd cynnwrf a heriau newydd y cyfnod clo yn y Gwanwyn (Ydych chi'n cofio'r wythnosau hynny o haf hirfelyn tesog?). Peth hollol wahanol, wrth i'r dyddiau dywyllu a'r tywydd waethygu, yw sylweddoli ein bod ni ymhell o gael gwared ar hyn.

Sant Catholig o'r unfed ganrif ar bymtheg oedd Ignatius Loyola, a sefydlodd un o'r urddau crefyddol mwyaf deinamig, yr Iesuwyr. Mae'r Pab Ffransis yn Iesuwr – yr Iesuwr cyntaf, yn wir, i gael ei ethol yn Bab. Roedd Ignatius yn dod o gefndir milwrol ac fe ddefnyddiodd ddisgyblaeth a hyfforddiant y bywyd milwrol yn y dasg o dyfu'r ffydd a dilyn Iesu. Mae Ysbrydolrwydd Ignatiaidd – yr agwedd at ffydd a gweddi a disgyblaeth a ddatblygodd Ignatius – yn boblogaidd iawn yn yr unfed ganrif ar hugain. Mae ei hymarferion o gymorth gwirioneddol ac ymarferol i Gristnogion o bob enwad dyfu mewn ffydd a doethineb.

Un o'r pethau y mae Ysbrydolrwydd Ignataidd yn ei ddysgu yw bod yn ymwybodol yn ein bywyd o Gysur ac o Drallod. Mae'n debyg ein bod ni eisoes yn gyfarwydd â'r termau hyn – cael cysur yw cael diddanwch ffrindiau a chefnogwyr, rydyn ni'n drallodus pan fydd rhywbeth yn mynd yn wirioneddol o chwith ac yn ein poeni. Rwy'n siŵr bod rhai ohonoch wedi cael y profiad o gael gwobr gysur, pan oedden ni wedi methu ennill! Ond, pan oedd Ignatius yn sôn am gysur a thrallod, roedd yn sôn am fwy na'n teimladau a'n hemosiynau. Roedd yn sôn am ein gweithredoedd ac am ein hewyllys. I Ignatius, dod i adnabod Duw oedd y nod uchaf mewn bywyd, cael ein dal yn ei gariad a'i ogoniant a'i oleuni. Cysur, felly, yw symud at Dduw, ac mae trallod yn codi o symud oddi wrth Dduw.

Ymysg cymylau'r digalondid a'r cyfyngderau'r tymor hwn, mae'n ymddangos i mi fod gan ysbrydolrwydd Ignataidd lawer i'w ddysgu i ni ar hyn o bryd. Mae yna gymaint sydd i'w gweld yn dod rhyngddom ni a Duw ar hyn o bryd: pryder ynghylch ein dyfodol, bywyd pob dydd yn ein llethu, yn flin ac yn bigog gyda'n gilydd neu gyda phobl eraill neu ddim mwy na bod amgylchiadau bywyd yn boen. Byddai'n hawdd byw mewn digalondid a pheidio â thrafferthu gyda Duw na'n ffydd.

Ond, dyma'r union adeg y dylen ni symud tuag at Dduw, i geisio ei gysur. Ac mae cysur yn llawer iawn mwy na rhoi seibiant i ni'n hunain am sbel a chael pethau i'n diddanu – er bod lle i'r rhain ac mae hynny'n lle da i gychwyn. Mae hyd yn oed yn fwy na gorffwys ym mhresenoldeb Duw, er bod gweddi, bob amser, yn ffordd dda o ailgysylltu gyda daioni Duw, sy'n llifo o'n cwmpas, ond weithiau'n anweledig,. Mae'n golygu gwneud y pethau sy'n bwydo'r enaid, ac sy'n mynd â ni ar daith tuag at Dduw. Efallai mai dyma'r amser i ddarllen llyfr da, neu wylio ffilm ysbrydoledig, defnyddio ein creadigedd mewn cerddoriaeth celf neu grefft, ond mae hyd yn oed y rhain yn wynebu tuag at i mewn. Gall cysur lifo o fyw ymysg ein cymdogion fel y bu Crist fyw – yn garedig, yn hael, yn rhoi gobaith i eraill. Does dim rhaid i'r rhain fod yn bethau mawr, fe allen nhw fod, ar y cychwyn, yn hynod anghyfforddus.

Ond, ar adeg pan allai trallod gael y llaw uchaf, drwy fuddsoddi mewn pethau cysur, sy'n ein tywys ar daith tuag at Dduw, byddwn yn cael cydbwysedd, gobaith a bywyd. Un tro, dywedodd Iesu wrth y dyrfa "Pe baet tithau, y dydd hwn, wedi adnabod tangnefedd!" Bydded i Dduw ein dysgu am y pethau sy'n dod â heddwch, sy'n dod â chysur, ac sy'n ein helpu i ddirnad ac i dderbyn ei fendith.

+Gregory Llanelwy