“O’R NAILL DDECHREUAD I’R LLALL”
GAIR I GALL Y MIS GAN Y GAPLANIAETH AR DDECHRAU BLWYDDYN: HYDREF 2022 gan Nick Sissons

Trawsgrifiad llawn.

Bore da pawb. Nick Sissons dw i. Dw i’n gweithio fel caplan yn y Brifysgol yma ym Mangor.

Helo Nick Sissons ydw i, ac rwy'n un o'r Caplaniaid yma ym Mhrifysgol Bangor ac rwyf am siarad â chi heddiw am y newid a'r aflonyddwch a ddaw ar ddechrau blwyddyn academaidd neu ar ddechrau cyfnod newydd yn ein bywydau.

Gwylio cynhebrwng y Frenhines oeddwn i’r diwrnod o’r blaen a sylwais mai’r un gerdd a ddefnyddiwyd yn Abaty Westminster ac yn y gwasanaeth claddu yn y prynhawn yn Windsor, sef cerdd gan John Donne o’r enw ‘Our Last Awakening’ a dyma hi:

'Dwg ni, O Arglwydd Dduw, ar ein deffroad diweddaf i dŷ a phorth y nef, i fyned i mewn i'r porth hwnnw, ac i drigo yn y tŷ hwnnw, lle na byddo tywyllwch na dallu, ond un goleuni cyfartal; dim sŵn na distawrwydd, ond un gerddoriaeth gyfartal; dim ofnau na gobeithion, ond un meddiant cyfartal; dim diwedd na dechreuad, ond un tragwyddoldeb cyfartal: yn nhrigfanau dy fawredd a'th ogoniant, fyd heb ddiwedd.'

Nawr, p’un a ydych chi’n credu mewn nefoedd ai peidio, mae siarad am y nefoedd yn rhoi’r gallu i fodau dynol fynegi sut beth fyddai byd perffaith ac ym myd perffaith John Donne bydd rhai pethau yn eisiau, a chyfres o wrthwynebau yw’r rheini: ni fydd tywyllwch na disgleirdeb yn y nefoedd, ni fydd sŵn na distawrwydd, ni fydd dim ofnau na gobeithion yno, ni fydd diwedd na dechrau yno. Oherwydd i John Donne pethau sy’n peri aflonyddwch a newid yw’r rheini.

A gwyddom o'n profiad ni o fywyd mai felly y mae bywyd ar y ddaear; mae'n gyfres gyson o ddiweddau a dechreuadau. Ac felly'r flwyddyn academaidd hefyd. Ond rwyf am awgrymu y gall newid ac aflonyddwch fod yn brofiadau creadigol a chadarnhaol iawn, ac yn hytrach na cheisio dianc oddi wrthynt neu wneud i ffwrdd â nhw, dylem eu cofleidio hwythau a'r ansicrwydd a ddaw yn eu sgîl.

Mae yna olygfa yn anturiaethau Alys yng Ngwlad yr Hud lle mae hi'n mynd ar goll yn y goedwig ac yn darganfod Cath Caer yn eistedd ar gangen o goeden, ac mae hi'n gofyn i'r gath sut mae mynd allan o'r coed. Ac ebe'r gath 'I ble wyt ti'n ceisio mynd?' ac ebe Alys 'Does dim ots gen i, wir.' 'Wel,' meddai’r gath, 'does dim ots i ba gyfeiriad yr ei di.'

Ar ddechrau blwyddyn academaidd mae 'na fymryn o Alys ym mhawb: a ninnau ar goll, ddim yn sicr o'r ffordd ymlaen. Ond yn wahanol i Alys credaf ein bod ni'n malio am y cyfeiriad rydyn ni'n mynd iddo. Nid ymlwybro’n ddigyfeiriad trwy ein bywydau a wnawn; mae gennym oll gwrs i'w gyflawni, cymhwyster i'w ennill, gyrfa i'w dilyn. Ond nid yw'r ffaith ein bod yn gwybod i ba gyfeiriad yr ydym am fynd iddo’n golygu mai ni sy'n rheoli sut y byddwn yn cyrraedd. Nid yw pethau bob amser yn troi allan fel a fynnwn ni; rhaid inni fod yn hyblyg, rhaid addasu. Ond rydym mewn cyfnod o ansicrwydd a newid. Dyma mae seicolegwyr yn ei alw'n 'gyfnodau ffiniol' - rydym yn camu dros drothwy megis, yn mynd trwy ddrws rhyfedd, ac ni ŵyr neb beth sydd y tu draw iddo; felly y mae i lasfyfyrwyr yn eu blwyddyn gyntaf na fuont i’r brifysgol o’r blaen, ond felly mae hi i raddedigion, a’r staff hefyd, unrhyw un sy'n newydd. Ond hyd yn oed i’r rhai ohonom sydd yma ers blynyddoedd lawer, mae eleni’n flwyddyn newydd, ni fuom ar y siwrnai hon o'r blaen, mae popeth yn ansicr.

Ac ar hyn o bryd, ar ôl Covid, a cholli'r Frenhines, y teyrn a deyrnasodd hiraf, a holl newidiadau diarwybod y bywyd technolegol modern, cawsom ein hunain yn yr hyn y mae rhai pobl yn ei alw'n 'ofod rhwng dau fyd': byd a aeth heibio na ddaw’n ôl, a byd na ŵyr neb sut beth fydd o. Ac felly mae'n gyfnod dryslyd a brawychus, ond nid yw hynny'n golygu ein bod am ffoi, nid yw'n golygu y ceisiwn fynd yn ôl at sicrwydd ein gorffennol.

Dwi'n ffilmio hyn heddiw yn nhy fy mam; Rwy'n ymweld â hi am rai dyddiau a phryd bynnag y dof adref, ar bob tu imi caf fy atgoffa am y gorffennol: lluniau ohonof yn blentyn, neu'n fyfyriwr, neu'n ŵr priod; ac yn aml gall hiraeth am y gorffennol afael yn gas iawn yn ein bywydau, er y gwyddom oll mai un cyfeiriad sydd inni allu byw ein bywydau sef symud ymlaen. Felly rwyf am awgrymu, pan ddaw cyfnodau o newid ac ansicrwydd, ein bod yn coleddu rhinwedd diolchgarwch yn rhywbeth a fydd yn ein cadw'n sad drwy'r amseroedd hyn.

Dyma dymor diolchgarwch yr Eglwys, oherwydd mae'n Gynhaeaf arnom, a'r Cynhaeaf yn anad dim yw diolch i Dduw am y pethau da a gawsom. Ac rwyf am awgrymu eich bod chithau yn y cyfnod hwn o newid, yn coleddu ymdeimlad cryf o ddiolchgarwch i'r bobl a'ch helpodd chi gyrraedd lle'r ydych chi nawr, y rhai a'ch carodd ac a ofalodd amdanoch chi a'ch cefnogi; eich bod chi'n coleddu ymdeimlad cryf o ddiolchgarwch am y profiadau a gawsoch chi, hyd yn oed os buon nhw'n anodd, y rhai wnaeth eich siapio chi a'ch mowldio chi i fod yr hyn ydych chi heddiw. A hefyd bod gennych ymdeimlad dwfn o ddiolchgarwch am y lleoedd, y lleoedd diogel a saff a roddodd yr hyder a'r cryfder i chi symud allan y tu hwnt iddynt i sefyllfaoedd dieithr.

Adeg y Cynhaeaf rwyf bob amser yn rhoi'r llyfr hwn yn rhodd, sef 'Gratitude' gan Oliver Sacks. Roedd Oliver Sacks yn niwrolegydd a bu farw yn 2015 o ganser nad oedd modd ei wella. Ac fe wynebodd yntau, yn ei oes, bob math o wahaniaethu ac aflonyddwch a newid ac anawsterau, ac eto pan ddaeth i ddiwedd ei oes, dyma a ddywedodd:

Above all I have been a sentient being, a thinking animal, on this beautiful planet, and that in itself has been an enormous privilege and adventure.'

Rwy'n gobeithio bod gan bawb ymdeimlad dwfn o ddiolchgarwch am y bobl, y lleoedd a'r profiadau hynny a ddaeth â ni i'r fan yma. Ond rwy'n gobeithio hefyd y bydd gennym ymdeimlad dwfn o ddiolchgarwch am yr amseroedd ansicr, yr amseroedd trosiannol, yr eiliadau ffiniol yr ydym yn mynd drwyddynt yn awr, na ddylem ffoi rhagddynt, na cheisio diogelwch yn y pethau cyfarwydd a'r rhagweladwy; yn hytrach eisteddwn yn yr eiliadau hyn, rydym yn aros, rydym yn gwrando ac rydym yn dysgu oddi wrthynt, oherwydd o bosib mai dyma brofiadau mwyaf creadigol a chadarnhaol ein bywyd hyd yma, a fydd yn siapio'r math o berson fyddwn ni yn y dyfodol. Fel y gallwn, pan gyrhaeddwn ddiwedd ein hoes, pa mor hir neu fyr bynnag y bo, y gallwn fynegi'r un ymdeimlad cadarn o ddiolchgarwch ag y llwyddodd Oliver Sacks i'w fynegi ychydig wythnosau cyn iddo farw.

Gobeithio y cewch chi flwyddyn academaidd wych. Hwyl fawr.