



Elin Williams: Cyhoddi'r blog / Publishing the blog My Blurred World

Wedi'i gyhoeddi ar Monday, February 18, 2019 — Yn Anffurfiol/Erthyglau

Mae Elin Williams wedi bod yn rhannu profiadau oddi wrth ei bywyd ar-lein ac ysbrodoli miloedd o bobl ifanc eraill gyda ei hagwedd ac ysbryd ar ei blog [My Blurred World](#), a dyma ar parallel.cymru yw'r tro cyntaf amdani blogio yn y Gymraeg...

Elin Williams has been sharing experiences from her life online and inspiring thousands of other young people with her attitude and spirit on her blog [My Blurred World](#), and here on parallel.cymru is the first time she is blogging in Welsh...

[Download MP3](#)

[Elin Williams: Cyhoddîr blog My Blurred World](#)

[Elin Williams: Cyhoddîr blog My Blurred World- slower pace](#)

Fy enw i ydi Elin, dwi'n ugain mlwydd oed ac yn astudio gradd mewn celfyddydau a dyniaethau gyda'r Brifysgol Agored a dwi wrth fy modd hefo pethau fel colur, ffasiwn a cherddoriaeth. Ond dwi digwydd bod yn byw hefo nam golwg ac wedi bod ers oni'n dair mlwydd oed.

Mae fy nghyflwr dirywiol, Retinitis Pigmentosa wedi dylanwadu ar fy mywyd mewn nifer o wahanol ffyrdd ar draws y blynyddoedd ac mae o wedi effeithio ar bethau fel fy hyder a fy iechyd meddwl.

Mi wnes i benderfynnu dechrau blog, My Blurred World, nol yn 2015 yn y gobaith o godi ymwybyddiaeth o fy nghyflwr a gobeithio hefyd y byddai rhannu fy stori yn gallu helpu rhywun arall mewn sefyllfa tebyg i mi. Mae'r blog wedi mynd o nerth i nerth a dwi'n falch iawn ohono ac mewn syndod i ddweud y gwir ei fod o'n cael ei ddarllen ar draws y byd ac ei fod o wedi galluogi i mi gael cyfleoedd gwych.

Wel, dyna ddigon am fy mlog, yn ôl at fy anabledd. Fel oni'n dweud, ma codi ymwybyddiaeth o nam golwg yn rywbeth sy'n ofnadwy o bwysig i mi ac yn rywbeth dwi'n teimlo'n angerddol iawn amdano ac felly, dwi'n ddiolchgar iawn fy mod i'n cael rhannu chydig o fy stori ar parallel.cymru heddiw.

Fe wnaeth fy rhieni i sylweddoli nad oni'n gallu gweld yn dda iawn pan oni'n dair mlwydd oed ac ar ôl nifer o ymweliadau i'r ysbyty, cefais ddiagnosis o Retinitis Pigmentosa (RP) tair mlynedd yn ddiweddarach pan oni'n chwech mlwydd oed. Dydw i ddim yn cofio llawer o'r cyfnod yma gan fy mod i mor ifanc ond rhywbeth dwi yn ei gofio yn eithaf clir ydi cael fy nghofrestru'n ddall pan oni'n ddeuddeg.

Roedd hyn yn gyfnod eithaf anodd yn enwedig gan fy mod i ar fin cyrraedd fy harddegau ac roedd pob dim i weld yn newid. Mi oni'n ei weld o'n anodd siarad gyda pobl am fy anabledd ac sut roedd o'n effeithio fy mywyd i ac fe wnaeth hyn arwain at y teimlad o unigrwydd ar adegau.

Ond er ei fod o wedi dod law yn llaw hefo nifer o sialensau (ac yn dal i wneud), dwi wedi dysgu i dderbyn fy anhawsterau wrth i fi dyfu i fyny. Dwi'n berson hapus a positif a dwi'n trio canolbwyntio ar y pethau positif mae nam golwg yn dod a i'm mywyd i.

Mae o'n sioc i lawer o bobl fy mod i'n gweld fy anabledd fel rhywbeth positif ond wrth gwrs, dydw i ddim yn ei weld o i fod yn rhywbeth da bob amser.

Dwi methu cuddio'r ffaith ei fod o'n anodd a mae yna gymaint o gamsyniadau allan yna sydd yn golygu fod pobl yn gallu fy nhrin i'n wahanol ond drwy ganolbwyntio ar y ffyrdd positif mae nam golwg yn cyfrannu i'm mywyd i, mae o'n dod yn haws i'w dderbyn ac yn fy ngalluogi i fyw bywyd heb guddio tu ôl i gysgod RP.

Mae gen i ddiddordebau fel pawb arall, pethau dwi'n gweithio'n galed tuag at eu cyflawni ac er ei fod yn gallu bod yn anodd ofnadwy ar brydiau, dwi'n benderfynol o beidio gadael i nam golwg fy atal i rhag cael y pethau dwi isio allan o fywyd.

Dwi wedi dysgu sut i fagu perspectif mwy positif ac wedi dod yn llawer mwy hyderus pan yn trafod nam golwg a'r gefnogaeth rydw i ei angen yn y blynyddoedd diwethaf, yn enwedig ers dechrau fy mlog. Dwi wedi dod i ddeall be ydi pwysigrwydd siarad am y sialensau a'r problemau a dwi'n gobeithio y gwneith fy hyder i gario ymlaen i ddatblygu ac y gallai fod hyd yn oed mwy agored pan yn trafod fy anabledd gyda'r pobl yn fy mywyd.

Roedd 'na amser pan oni'n teimlo fel mai fi oedd yr unig un oedd yn mynd trwy be dwi'n byw hefo ond dwi wedi dysgu fod hyn yn bell o'r gwir. Mae siarad hefo pobl eraill sydd mewn sefyllfa tebyg i fi wedi helpu mewn mwy o ffyrdd na allai egluro.

Dwi methu newid y ffaith bod gen i RP, dwi methu newid y ffaith fy mod i'n colli'r chydig o olwg sydd genai ar ôl bob dydd ond be dwi yn gallu newid a be sydd gen i reolaeth drosto ydi sut dwi'n delio hefo'r sefyllfa, sut dwi'n ymateb i'r sialensau ac os ydw i am adael i Retinitis Pigmentosa reoli'n mywyd i neu beidio.

Dwi'n dewis iddo fo beidio.

Dwi'n benderfynol o beidio gadael i nam golwg fy atal i rhag cael y pethau dwi isio allan o fywyd.

Fersiwn dwyieithog / Bilingual version

Fy enw i ydi Elin, dwi'n ugain mlwydd oed ac yn astudio gradd mewn celfyddydau a dyniaethau gyda'r Brifysgol Agored a dwi wrth fy modd hefo pethau fel colur, ffasiwn a cherddoriaeth. Ond dwi digwydd bod yn byw hefo nam golwg ac wedi bod ers oni'n dair mlwydd oed.

Mae fy nghyflwr dirywiol, Retinitis Pigmentosa wedi dylanwadu ar fy mywyd mewn nifer o wahanol ffyrdd ar draws y blynyddoedd ac mae o wedi effeithio ar bethau fel fy hyder a fy iechyd meddwl.

Mi wnes i benderfynnu dechrau blog, [My Blurred World](#), nol yn 2015 yn y gobaith o godi ymwybyddiaeth o fy nghyflwr a gobeithio hefyd y byddai rhannu fy stori yn gallu helpu rhywun arall mewn sefyllfa tebyg i mi. Mae'r blog wedi mynd o nerth i nerth a dwi'n falch iawn ohono ac mewn syndod i ddweud y gwir ei fod o'n cael ei ddarllen ar draws y byd ac ei fod o wedi galluogi i mi gael cyfleoedd gwych.

Wel, dyna ddigon am fy mlog, yn ôl at fy anabledd. Fel oni'n dweud, ma codi ymwybyddiaeth o nam golwg yn rywbeth sy'n ofnadwy o bwysig i mi ac yn rywbeth dwi'n teimlo'n angerddol iawn amdano ac felly, dwi'n ddiolchgar iawn fy mod i'n cael rhannu chydig o fy stori ar [parallel.cymru](#) heddiw.

Fe wnaeth fy rhieni i sylweddoli nad oni'n gallu gweld yn dda iawn pan oni'n dair mlwydd oed ac ar ôl nifer o ymweliadau i'r ysbyty, cefais ddiagnosis o Retinitis Pigmentosa (RP) tair mlynedd yn ddiweddarach pan oni'n chwech mlwydd oed. Dydw i ddim yn cofio llawer o'r cyfnod yma gan fy mod i mor ifanc ond rhywbeth dwi yn ei gofio yn eithaf clir ydi cael fy nghofrestru'n ddall pan oni'n ddeuddeg.

Roedd hyn yn gyfnod eithaf anodd yn enwedig gan fy mod i ar fin cyrraedd fy harddegau ac roedd pob dim i weld yn newid. Mi oni'n ei weld o'n anodd siarad gyda pobl am fy anabledd ac sut roedd o'n effeithio fy mywyd i ac fe wnaeth hyn arwain at y teimlad o unigrwydd ar adegau.

Ond er ei fod o wedi dod law yn llaw hefo nifer o sialensau (ac yn dal i wneud), dwi wedi dysgu i dderbyn fy anhawsterau wrth i fi dyfu i fyny. Dwi'n berson hapus a positif a dwi'n trio canolbwyntio ar y pethau positif mae nam golwg yn dod a i'm mywyd i.

Mae o'n sioc i lawer o bobl fy mod i'n gweld fy anabledd fel rhywbeth positif ond wrth gwrs, dydw i ddim yn ei weld o i fod yn rhywbeth da bob amser.

Dwi methu cuddio'r ffaith ei fod o'n anodd a mae yna gymaint o gamsyniadau allan yna sydd yn golygu fod pobl yn gallu fy nhrin i'n wahanol ond drwy ganolbwyntio ar y ffyrdd positif mae nam golwg yn cyfrannu i'm mywyd i, mae o'n dod yn haws i'w dderbyn ac yn fy ngalluogi i fyw bywyd heb guddio tu ôl i gysgod RP.

I'm Elin, a 20-year-old Open University student, studying a BA (Hons) degree in Arts and Humanities. I have a passion for all things beauty, fashion, and music and I just so happen to be vision impaired - I have been since I was three years old.

My degenerative condition, Retinitis Pigmentosa (RP), has impacted on my life in many ways over the years and it has affected things such as my confidence and my mental health.

I decided to create my own blog, [My Blurred World](#), back in 2015 with the hope of raising awareness of my condition by also hoping that sharing my story would help others who might be in a similar situation to myself. The blog has gone from strength to strength and it has evolved to be something which I'm incredibly proud of. It's really surprising to me that my blog is read all over the world and that it has lead to some incredible opportunities.

But I don't want to focus on my blog today. As I was saying, raising awareness of sight loss is something that is very important to me and it's something I feel very passionate about so I am very grateful that I have the opportunity to share my story on [parallel.cymru](#) today.

My parents realised that I couldn't see certain things when I was three years old and after a number of trips to the hospital, I was finally diagnosed with Retinitis Pigmentosa three years later when I was six. I don't remember much of that time because i was so young but a time I do remember quite clearly is being registered blind/severely sight impaired when I was 12.

This was quite a difficult time for me, especially since I was about to go into my teenage years and everything seemed to be changing. I was finding it difficult to talk to others about my disability and how it was affecting my life and this lead to the feeling of loneliness at times.

But even though it came hand-in-hand with a number of challenges, and continues to do so, I have learned to accept my differences as I've grown up. I am a relatively happy and positive person and I try to concentrate on the positive ways in which sight loss contributes to my life.

It is a shock to many that I see my disability as something positive but of course I don't constantly see it in this light. I can't hide the fact that it can be difficult.

There are so many misconceptions out there which mean that some people treat me differently but by concentrating on the positive ways my vision impairment contributes to my life, it becomes easier to accept it and allows me to live a life without hiding in the shadows of RP.

Mae gen i ddiddordebau fel pawb arall, pethau dwi'n gweithio'n galed tuag at eu cyflawni ac er ei fod yn gallu bod yn anodd ofnadwy ar brydiau, dwi'n benderfynol o beidio gadael i nam golwg fy atal i rhag cael y pethau dwi isio allan o fywyd.

I have hobbies and interests just like everyone else and I work extremely hard in order to achieve what I want in life and although it can be difficult at times, I am determined not to let sight loss prevent me from getting to where I want to be.

Dwi wedi dysgu sut i fagu perspectif mwy positif ac wedi dod yn llawer mwy hyderus pan yn trafod nam golwg a'r gefnogaeth rydw i ei angen yn y blynyddoedd diwethaf, yn enwedig ers dechrau fy mlog. Dwi wedi dod i ddeall be ydi pwysigrwydd siarad am y sialensau a'r problemau a dwi'n gobeithio y gwneith fy hyder i gario ymlaen i ddatblygu ac y gallai fod hyd yn oed mwy agored pan yn trafod fy anabledd gyda'r pobl yn fy mywyd.

I have learned to adopt a more positive mindset and perspective and I have become much more confident when talking about my vision impairment and the support I need in the last couple of years, especially since starting my blog. I have come to realise the importance of talking about the challenges and I hope my confidence will continue to grow and that I can become even more open when talking about my disability with the people in my life.

Roedd 'na amser pan oni'n teimlo fel mai fi oedd yr unig un oedd yn mynd trwy be dwi'n byw hefo ond dwi wedi dysgu fod hyn yn bell o'r gwir. Mae siarad hefo pobl eraill sydd mewn sefyllfa tebyg i fi wedi helpu mewn mwy o ffyrdd na allai egluro.

There was a time when I felt like I was the only one experiencing sight loss but I've learned that this is so far from reality. Speaking with others who are in a similar situation has helped me in more ways than I ever imagined it could.

Dwi methu newid y ffaith bod gen i RP, dwi methu newid y ffaith fy mod i'n colli'r chydig o olwg sydd genai ar ôl bob dydd ond be dwi yn gallu newid a be sydd gen i reolaeth drosto ydi sut dwi'n delio hefo'r sefyllfa, sut dwi'n ymateb i'r sialensau ac os ydw i am adael i Retinitis Pigmentosa reoli'n mywyd i neu beidio.

I can't change the fact that I have RP, I can't change the fact that I'm losing a bit of my little remaining vision every day but what I can change and what I do have control over is how I deal with the situation I'm in and how I respond to the challenges that come my way. I am in control of whether or not I'm going to let Retinitis Pigmentosa control my life or not.

Dwi'n dewis iddo fo beidio.

I choose for it not to.

myblurredworld.com / [@myblurredworld](https://www.instagram.com/myblurredworld) / [myblurredworld](https://www.tumblr.com/myblurredworld)