Stori Ben

Helo, Ben ydw i. Fel y gwelwch o'm gwên, rydw i'n mwynhau cael hwyl. Rydw i wrth fy modd yn dweud jôcs ac yn gwneud i bobl chwerthin - fel pan oeddwn i'n actio rhan y siopwr yn y ddrama yn yr ysgol gynradd.

Fel y rhan fwyaf o'r bechgyn o fy oed i, rwy'n mwynhau chwaraeon a chwarae gemau cyfrifiadur. Mae gen i hefyd ddiddordeb mawr mewn natur a byddaf yn mwynhau gwylio ffilmiau am fywyd gwyllt. Mae fy nheulu i'n grêt - mam, dad a fy chwaer fawr. Rydyn ni wedi bod yn agos erioed ac yn mwynhau treulio amser gyda'n gilydd. Rwy'n eu caru'n fawr, ac maen nhw'n gwybod hynny. Rydw i'n gwybod eu bod nhw'n fy ngharu i hefyd.

Yn fwy na dim, rydw i'n mwynhau chwarae gyda fy ffrindiau - yn fechgyn a merched, rhai'n hŷn na fi, eraill yn iau. Rydyn ni'n hoffi chwarae tu allan, reidio ein beiciau, chwarae yn y goedwig, adeiladu argae yn y nant, rhedeg i mewn ac allan o dai ein gilydd, neu weithiau dim ond siarad gyda phobl yn yr ardal lle rydyn ni'n byw.

Llynedd roeddwn i ym Mlwyddyn 6, ac yn falch iawn i fod yn un o'r plant hynaf yn fy ysgol, yn cadw llygad ar y rhai ieuengaf. Roeddwn i'n edrych ymlaen at fynd i'r ysgol uwchradd, ond hefyd roeddwn ychydig yn ofnus o'r newid mawr. Roedd gwisgo fy ngwisg ysgol newydd yn deimlad da a hefyd trefnu fy mag mawr newydd gyda fy nghyfrifiannell, geiriadur a chit chwaraeon newydd.

Pan ddechreuais ym Mlwyddyn 7 ym mis Medi doeddwn yn adnabod fawr neb yn fy ngrŵp tiwtor. Dim ond un bachgen oedd wedi bod yn fy nosbarth i yn yr ysgol gynradd. Ond yn fuan roedd gen i lawer o ffrindiau newydd da o rannau eraill o'r dref. Roedd un yn cael amser caled, roedd eraill yn pigo arno ac yn ei fwlio, ond dywedais wrtho y byddai'n gwella yn fuan, ac mi wnaeth.

Ond yna fe ddechreuon nhw bigo arna i. Dim ond ychydig o hwyl oedd y peth i ddechrau, chwarae o gwmpas ar y bws ar y ffordd adref,, Yna cymerodd un o'r bechgyn fy nhei ysgol a gwrthod ei rhoi'n ôl. Ymddangosodd eto ychydig ddyddiau'n ddiweddarach, wedi i mam brynu un newydd. Ar ddiwrnod arall ceisiodd rhai o'r bechgyn fy stopio rhag mynd oddi ar y bws ar fy stop i, ac roedd yn rhaid i mi adael fy siaced ysgol a fy ffôn ar ôl. Wedi hynny aeth pethau'n waeth. Dechreuon nhw fy mwrw i a fy nghicio, ond fe ddywedais i ei fod yn ddim byd - dim ond chwarae o gwmpas ar yr iard. Ond y peth gwaethaf oedd y galw enwau, bob dydd, yr holl ffordd adref. Ceisiais eu hanwybyddu ond roedden nhw wrthi drwy'r amser. Gwylltiais pan na wnaethant beidio, ac fe wnaeth hynny'r sefyllfa'n waeth. Fe ddechreuon nhw fy ngalw i'n 'Billy-no-mates', ac roedd hi fel petaent yn iawn. Ni wnaeth yr un o fy ffrindiau sefyll i fyny drosta i, dim ond edrych ar y llawr neu allan drwy'r ffenest. Fe ymunodd rhai i mewn hyd yn oed - fel na fyddai'r bwlis yn pigo arnyn nhw.

Penderfynais fod rhaid mai fy mai i oedd e. Mae'n rhaid fy mod i'n berson ofnadwy. Ond ni allwn weld pam. Doeddwn i ddim ond eisiau bod yn 'fi' a mwynhau'r pethau yr oeddwn yn eu mwynhau. Roeddwn i'n mwynhau bywyd gwyllt a cherddoriaeth a rhoi gel yn fy ngwallt - ond roedden nhw'n fy ngwylltio. Wedyn roeddwn i'n casáu fy hun am wylltio, am beidio â gallu delio â'r sefyllfa.

Yn y diwedd allwn i ddim dioddef mwy. Fe ddes yn ôl o'r ysgol a lladd fy hun. Ychydig cyn y Nadolig oedd hi a dim ond tair wythnos cyn fy mhen-blwydd yn ddeuddeg Dydw i ddim yn siŵr fod y bwlis yn gwybod beth wnaethon nhw. Roedden nhw'n meddwl mai dim ond ychydig o alw enwau oedd e. Ond fe ddinistriodd hyn fi. Dinistriodd fy nheulu hefyd. Bydd mam a dad yn dal i grio bob dydd.

Peidiwch â bod yn fwli. Mae geiriau'n brifo mwy na allwch chi ddychmygu. "Gall carreg a ffon roi briw i'm bron" Ond mae geiriau yn dinistrio person y tu fewn. Os gwelwch chi rywun yn cael ei fwlio, peidiwch â sefyll yno, edrych i ffwrdd a gwneud dim. Byddwch yn ffrind. Dywedwch wrth rywun. Sefwch i fyny dros eich gilydd. Byddai'r byd yn ddiflas pe bai pawb yr un fath. Felly peidiwch â phigo ar rywun am eu bod yn edrych yn wahanol neu'n gwneud pethau'n wahanol i chi. Mwynhewch y gwahaniaethau!

Ben ydw i. Rwy'n caru bywyd gwyllt. Rwy'n caru jôcs. Rwy'n caru fy nheulu. Fyddan nhw byth yn fy anghofio. Fyddwch chi? Er eu mwyn nhw, ac er mwyn gwell byd, byddwch yn ffrind –
*rwy'n gofyn i chi peidiwch â bod yn fwli.

Ben

© Copyright of Gwent Police
© Hawlfraint Heddlu Gwent