O'r Gemau Paralympaidd i'r Gemau Olympaidd

Mae Monique van der Vorst wedi drysu'r meddygon. Wedi ei pharlysu gan ddamwain, a heb unrhyw deimlad yn ei choesau na'i thraed ers blynyddoedd, un noson, teimlodd boenau yn ei thraed, ac arweiniodd hynny ati'n gallu cerdded unwaith eto. Dyma'i hanes …

Cafodd Monique van der Vorst ei geni yn Gouda, Yr Iseldiroedd, yn 1984. Pan oedd hi'n blentyn, roedd hi'n mwynhau chwaraeon ac athletau ac roedd hi'n arbennig o dda am chwarae tennis a hoci. Pan oedd hi'n 13 oed, dechreuodd ymddiddori mewn beicio hefyd.

Newidiodd hyn i gyd yn 1998, pan gafodd hi driniaeth ar ei ffêr neu ei phigwrn. Effeithiodd y driniaeth ar un o'i nerfau gyda'r canlyniad bod ei choes chwith wedi ei pharlysu o'i chlun i lawr a bod ei phen-glin dde ddim yn gweithio bellach. Nawr, roedd rhaid iddi hi fynd o gwmpas mewn cadair olwyn.

Fodd bynnag, roedd y diddordeb mewn chwaraeon yn parhau a dechreuodd feicio drwy ddefnyddio'i breichiau a'i dwylo yn hytrach na'i thraed a'i choesau. Roedd hi wrth ei bodd. Dechreuodd ymarfer o ddifri ac, yn y flwyddyn 2000, dechreuodd rasio ar ei beic arbennig. Enillodd ei ras gyntaf. O hyn ymlaen, roedd hi wedi ei hysbrydoli - roedd hi ar dân eisiau rasio mwy - ac eisiau ennill mwy.

Rhwng 2001 a 2005, enillodd y gystadleuaeth Beicio â Dwylo Ewropeaidd bum gwaith yn ogystal â llu o gystadlaethau eraill. Dechreuodd ymddiddori mewn marathonau, gan ennill nifer o wobrau cyntaf ar draws y byd.

Ym mis Mai 2007, bu mewn damwain car, ond ar ôl cyfnod yn yr ysbyty a 6 mis yn ceisio dod dros yr anaf, dechreuodd rasio unwaith eto.

Cafodd brofiad anffodus arall yn 2008. Roedd hi'n ymarfer ar gyfer Gemau Paralympaidd Beijing, 2008, pan gafodd ei tharo gan gar. Cafodd ei chludo i'r ysbyty mewn hofrennydd. Bu mewn coma am gyfnod ac, ar ôl deffro, cafodd wybod ei bod wedi cael anaf i'w chefn a oedd yn golygu bod ei dwy goes bellach wedi eu parlysu. Roedd hi wedi brifo ei gwddw hefyd.

Unwaith eto, doedd hynny ddim yn mynd i rwystro Monique! Aeth yn ôl i gystadlu cyn gynted â phosib, gan gystadlu yng Ngemau Paralympaidd Beijing yn 2008 ac ennill dwy fedal arian.

Bu 2009 yn flwyddyn lwyddiannus arall. Enillodd nifer o rasys; cymerodd ran mewn ras wyth diwrnod yn Alaska, gan ennill yr 8 cam, a dechreuodd gystadlu ar y triathlon hefyd. Cafodd lwyddiannau lu ac yn sgil hynny, cafodd ei dewis yn Athletwr Anabl y flwyddyn yn 2009.

Cafodd ddamwain arall yn 2010 tra oedd hi'n ymarfer. Y tro hwn, cafodd ei tharo gan feic arall a bu'n rhaid iddi dreulio tri mis a hanner yn yr ysbyty. Roedd hi mewn cyflwr gwael - roedd hyd yn oed pen uchaf ei chorff fel petai wedi ei barlysu a dim ond un llaw roedd hi'n gallu ei defnyddio. Yna, un noson, dechreuodd deimlo poenau bach yn ei thraed. O dipyn i beth, dechreuodd symud ei choesau, ac ar ôl cyfnod hir yn yr ysbyty ac mewn canolfannau eraill, dechreuodd gerdded eto - ar ôl 13 mlynedd mewn cadair olwyn.

Canlyniad hyn, wrth gwrs, oedd na fedrai gystadlu fel athletwraig anabl bellach. Roedd rhaid newid cyfeiriad - a dyna a wnaeth. Dechreuodd feicio gyda thîm beicio proffesiynol o'r enw Rabobank, gan obeithio y câi ryw ddiwrnod gystadlu yn y Gemau Olympaidd yn hytrach nag yn y Gemau Paralympaidd.

Mae Monique yn ysbrydoliaeth i bobl anabl - ac i bobl abl yn wir - ym mhob man, gan fod ganddi agwedd hynod o bositif at fywyd - "Peidiwch â breuddwydio!" meddai unwaith. "Gwnewch beth rydych chi'n breuddwydio amdano! Allwch chi ddim eistedd yn ôl yn aros am wyrth. Rhaid i chi gredu ynoch chi'ch hun!" Dyna'n sicr a wnaeth hi drwy gydol yr amser y bu mewn cadair olwyn.