

Y Wennol

Straeon gan ddysgwyr a Chymry Cymraeg i bawb ddarllen

e-bost: bobwennol@ntlworld.com

Cyfrol 1 Rhif 9

Yn rhad ac am ddim

Rhagfyr 2020

Y Fronfraith, Anti Hilda a Fi

gan Rob Evans



Ar fy nhaith foreol ddoe roeddwn i wedi mynd â fy mheiriant recordio efo fi. Mae gymaint o adar yn canu yn yr awr cyn y wawr ac mae'n gyfle da i recordio cyn i'r holl geir ddechrau lenwi'r ffyrdd. Meddyliais mai dim ond pwyso'r botwm oedd rhaid ond nad oeddwn wedi gosod y lefelau,

wedi galw i weld Anti Hilda efo Gwylan, fy nghyfnither. Heblaw am y pleser o weld Anti Hilda roedden ni'n gobeithio recordio sgwrs.

Nes i osod y meicroffon ar y bwrdd, pwyso'r botwm a ffwrdd â ni. Siaradon ni am seiclo a hithau'n sôn am yr amser wnaeth hi ac Anti May, a oedd yn hŷn na hi, seiclo o Ddolgellau'r holl ffordd i Gymoedd y De. Aros mewn Youth Hostels oedden nhw. Roedd Anti May yn hŷn ac yn gryfach ond mi roedd hi'n aros ar ben yr ellyydd



Y Fronfraith



Anti Hilda a Fi

felly doedd dim un o'r lleisiau melys wedi cael ei ddal.

Er mwyn paratoi am gael ail gyfle nes i eistedd yn yr ardd i baratoi'r peiriant er mwyn gwneud ail ymdrech heddiw. Doedd dim llawer o adar yn canu ar y pryd ond digon i mi wneud yn siŵr bod popeth wedi cael ei osod yn iawn. Wrth bwysu'r botwm i wrando ar y canlyniadau, nid yr adar oedd yn canu ond Anti Hilda yn siarad! Tair blynedd ynghynt roeddwn i wedi mynd i'r gogledd yn y campyrfan ac yn ystod yr ymweliad

er mwyn i Anti Hilda dal i fyny, ond wedyn mynd ymlaen yn syth ar ei thaith! Doedd Anti Hilda ddim yn cael cyfle i gael ei gwynt yn ôl! Aeth tair o'r chwiorydd i seiclo yn ardal Llyn hefyd. Dyna le oedden nhw'n edmygu harddwch y wlad o'u cwmpas ac un yn codi ei braich i dynnu sylw at safle'r ysgol bomio. Collodd ei chydbwysedd a syrthio yn erbyn y chwaer ar y chwith, hithau'n taro'r drydedd chwaer a'r tair yn glanio yn un pentwr ar y llawr. A pham bod rhaid mynd mor bell dim ond i chwarae dominos dwedwch? Wrth

gwrs doedd y ffyrdd ddim mor brysur ag heddiw ond sut oedd eu cyflwr? Gyda llaw roedd wyth chwaer, druan o Taid ynte!

Wrth i mi eistedd yn yr ardd yn gwrando ar hyn sylwais ar fronfraith yn crwydro o dan y coed afalau, mae'r adar yn hoff iawn o'r darn yna - llawer o fwyd blasus! Roedd hi'n hapus ei byd yn chwilota a phob hyn a hyn yn aros i syllu arnaf. Y ddau ohonom yn fodlon iawn i rannu'r ardd.

Gofynnod Gwylan i'w mam a oedd hi'n cofio'r amser aethon nhw i aros yn Stratford a mynd i theatr yr RSC. Oedd mi oedd. A oedd hi'n cofio mynd i'r theatr arall 'The Other Place' i weld y ddrama Gardd Eden? gofynnodd Gwylan. Oedd mi oedd a wnaeth hi ychwanegu efo cyffro "and they were all nude!" Dim ond ar y llwyfan wrth gwrs, roedd y gynulleidfa yn gymharol barchus. Wedi i mi glywed hi'n dweud hyn syrthiodd y recorder oddi ar fy nglin a throi ei hun i ffwrdd. Codais fy mhen i weld y fronfraith yn heglu hi o'na efo'i hadenydd yn dynn dros ei chlustiau mewn syndod.

Does dim ffordd i wneud 'fast forward' ar y recorder ac roedd hyn wedi digwydd yn awr i mewn i'r sgwrs felly nad ydw i'n cofio mwy. Ond gan fod y straeon gorau i gyd yn gorffen efo 'cliffhanger' mi wna i adael popeth yn fanna.

Hwyl fawr i chi, a'ch dychymyg!

Pum Ffordd at Les

gan Jan Hill-Tout

Mae gymaint o heriau yn wynebu ni ar hyn o bryd a dwy e ddim yn syndod bod rhai ohonon ni'n teimlo'n ddiflas o bryd i'w gilydd. Dyn ni ddim yn gallu newid y byd neu ein bywydau dros nos ond mae pethau bach dyn ni'n gallu eu gwneud pob dydd ar gyfer gwella ein gwytnwch.

Yn ôl yr ymchwil iechyd meddwl mae o leiaf pum ffordd i wella ein lles, sef pum gweithred syml, sydd yn helpu ni. (Nod. Mae 'Pum Ffordd at Les'

yn cael ei henw 'Five Ways to Well-Being' yn Saesneg. Dych chi'n gallu darllen mwy amdano fe, yn Saesneg ac yn Gymraeg ar nifer o wefannau Byrddau Iechyd yng Nghymru. Dw i wedi bod yn defnyddio gwefan Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda ar gyfer paratoi'r erthygl hon.)

Dyma'r pum ffordd lles:

Cysylltu â'r bobl o'ch amgylch er enghraifft teulu, ffrindiau, cydweithwyr a chymdogion. Bydd meithrin y cysylltiadau hyn yn cefnogi ac yn cyfoethogi eich bywyd bob dydd.

Rhoi. Gwneud rhywbeth dymunol i ffrind neu ddieithryn. Diolch i rywun. Gwenu. Gwirfoddoli eich amser.

Dal ati i ddysgu. Rhoi cynnig ar rywbeth newydd. Ailgydio mewn hen ddi-ddordeb. Cofrestru ar y cwrs hwnnw.

Bod yn fywiog. Cyfnewid eich gweithgareddau segur gyda rhai actif. Mynd am dro neu redeg. Mynd allan i'r awyr agored.

Bod yn sylwgar. Bod yn chwilfrydig. Sylwi ar bethau hardd. Rhoi sylw i bethau anarferol. Sylwi ar dymhorau'n newid. Mwynhau'r foment.

Dw i'n trio gwneud y 'Pum Ffordd' pob dydd (dw i ddim wastad yn llwyddo!) a dw i wedi dysgu bod e'n bwysig addasu'r syniadau i fi a fy mywyd. Dw i'n trio 'cysylltu' â phobl pob dydd ac mae e'n eithaf syml gydag e-bost, whatsapp, ffôn ac ati. Roedd cysylltu mor bwysig trwy'r cyfnod clo ac roedd e'n gyffrous iawn gallu ymgasglu â ffrindiau a theulu unwaith eto dros yr haf. Ar hyn o bryd dyn ni dan glo eto felly yn ôl i Zoom a Facetime.

Dw i ddim yn 'rhoi' pethau i bobl pob dydd ond dw i'n trio bod yn fwy dymunol. Fel cymaint o bobl dw i mor brysur yn meddwl am bethau a bod mewn bryd dw i'n colli cyfleoedd i fod yn garedig. Gallech chi wella diwrnod rhywun arall dim ond gan wenu neu gael tipyn o sgwrs.



[Type here]

Y Wennol

Cyfrol 1 Rhif 9

Er mwyn cael Y Wennol pob mis anfonwch eich cyfeiriad e-bost ataf - bobwennol@ntlworld.com

Mae 'dal ati i ddysgu' yn hawdd iawn os dych chi'n dysgu Cymraeg fel fi! Hefyd gan fy mod i'n gwranddo ar y radio trwy'r dydd dw i'n trio cofio o leiaf un ffaith dw i wedi ei chlywed. Er enghraifft.....wel dw i wedi anghofio yn barod ond bydda i'n trio eto yfory!

Beth am 'fod yn fywiog'? Mae'n rhaid i ni ddechrau o ble dyn ni'n sefyll. Dw i'n hoffi cerdded a seiclo ond serch hynny mae'n heriol mynd tu fas yn y gaeaf yn hytrach na bod yn dwym ac yn sych yn y tŷ. Dw i wedi bod yn wlyb at fy nghroen tair gwaith yr wythnos yma yn barod ond dw i wastad yn teimlo mewn hwyliau da ar ôl bod yn yr awyr iach.



Mae 'bod yn sylwgar' yn ffordd i fi arafu fy meddyliau am dipyn. Weithiau dw i'n cerdded neu yrru am amser hir ac yn sydyn dw i'n sylweddoli do'n i ddim wedi cymryd sylw o ddim byd, dim ond meddwl am bethau bach a ddibwys. Felly dw i'n trio cymryd sylw o bethau bach o fy nghwmpas i. Mae bod yn sylwgar yn ddefnyddiol hefyd os dw i'n aros mewn ciw. Yn hytrach na bod yn ddiamynedd dw i'n trio bod yn ymwybodol o fy amgylchoedd a mwynhau'r pethau bach fy mod i'n eu gweld, clywed neu aroglu.

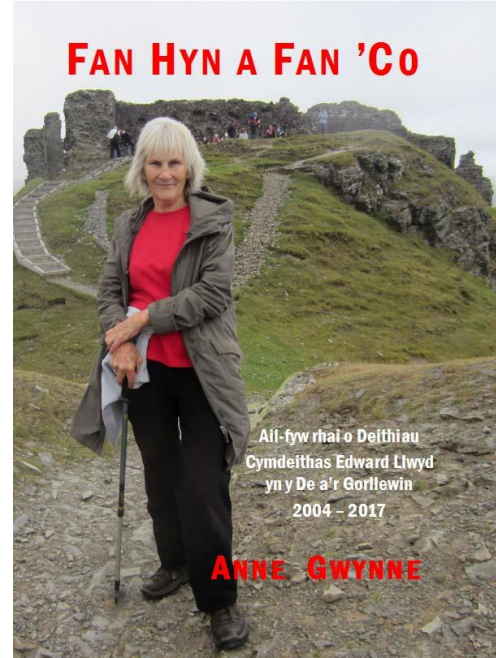
Dyn ni i gyd yn wahanol. Efallai byddech chi'n anelu at gwpwl o'r 'pum ffordd' a gobeithio mae rhywbeth defnyddiol yn eu plith. Ar y llaw arall mae'n bosib dych chi'n gwneud rhywbeth arall yn gyson sy'n helpu chi bod yn iawn, megis bwyta siocled neu troi'r newyddion i ffwrdd! Beth bynnag pob lwc i chi i gyd a chadwch yn saff.



Mae Cymdeithas Edward Llwyd yn cynnal teithiau maes pob dydd Sadwrn mewn tair ran o Gymru, cyfle da i chi gael diwrnod o sgwrsio yn Gymraeg ac i ddysgu am ein cefn gwlad a byd natur. Unwaith mae'r argyfwng yma drosodd dewch i ymuno â ni. Bydd croeso mawr i chi.

Cymdeithas Edward Llwyd provide nature walks each Saturday in three areas of Wales, an excellent opportunity to have a day of chatting in Welsh and to learn about our countryside and nature. Once this emergency is over come and join us. You will be very welcome.

Ac yn sôn am gerdded yn y cefn gwlad mae'n bleser i ddweud wrthoch chi bod un o'n haelodau wedi ysgrifennu llyfr am y teithiau. Mae Anne Gwynne wedi bod yn ysgrifennu am ei theithiau



gyda'r Gymdeithas am 14 o flynyddoedd ac wedi eu cyhoeddi nhw ym mhapurau bro ei hardal sef Y Ddolen a'r Barcud. Mae hi wedi bod yn meddwl am eu cyhoeddi nhw mewn llyfr am dipyn o amser. Ces i newyddion da ganddi yn ddiweddar – roedd y llyfr ar y ffordd i'r wasg! Mae hi'n

gobeithio bydd y llyfr yn cyrraedd y siopau Cymraeg cyn y Nadolig. Dw i eisiau gweld un yn fy hosan!

Os yw popeth yn mynd yn dda byddaf yn gwneud arolygiad o'r llyfr yn rifyn Ionawr o'r Wennol.

Be dach chi'n gweld? – What do you see?



I am sitting on a bench on a bank above the path, in front of me is the splendour of Swansea Bay. I'm going to tell you what I can see. There is a vocabulary but don't look at it straight away, read the whole piece and try and guess what I am seeing. After you've done that do something else for 10 minutes or so, re-read it and try again at guessing. Now look at the vocabulary. Read it a third time but this time I want you to see each in your mind. This is just a game and you can play it as many times as you like. There will be another one next month. Have fun!

The weather is fine and I am nice and warm in the sun. I see Swansea Bay in front of me.

- Mae'r môr yn las.
- Mae cychod ar y môr.
- Dw i'n gweld cwch bysgota.
- Dw i'n gweld cwch hwylio.
- Dw i'n gweld llong ar y ffordd i Bort Talbot.
- Dw i'n gweld pobl yn cerdded.
- Dw i'n gweld pobl yn seiclo.
- Dw i'n gweld pobl yn rhedeg.
- Mae hi'n brysur.
- Mae plant ar y traeth.
- Maen nhw'n chwarae pêl-droed.
- Mae ci yn rhedeg o gwmpas ac yn cyfarth.
- Mae gwylanod yn hedfan.
- Mae hi'n braf yn yr haul.
- Mae hi'n dechrau bwrw glaw

- Mae hi'n wyntog.
- Does dim cychod ar y môr
- Does dim cwch bysgota chwaith
- Mae'r cwch bysgota yn yr harbwr.
- Does dim pobl yn cerdded
- Does dim pobl yn seiclo
- Does dim pobl yn rhedeg
- Mae hi'n dawel
- Does dim plant ar y traeth
- Does neb yn chwarae pêl-droed
- Mae'r ci wedi mynd
- Mae hi'n oer
- Dw i'n mynd adref

Geirfa

- Cwch, cychod – boat, boats
- Cwch bysgota – fishing boat
- Cwch hwylio – yacht
- Llong – ship
- Rhedeg – to run
- Prysur – busy
- Traeth – beach
- Chwarae – to play
- Cyfarth – to bark
- Gwylan(od) – seagull(s)
- Hedfan – to fly
- Dechrau – to start
- Môr – sea
- Chwaith – either
- Cerdded – to walk
- Seiclo – to cycle
- Rhedeg – to run
- Tawel – quiet
- Wedi mynd – has gone
- Dw i'n mynd adref – I'm going home

I hope that built a picture in your mind and introduced you to a few more words. There will be another one next month. Nadolig Llawn!

Bwyta yn yr Ardd



Mae hi'n fis Awst ac mae'r tywydd wedi bod yn braf am wythnos. Mae John wedi bod yn adeiladu barbeciw yn yr ardd. Mae o a'i wraig Elin wedi rhoi gwahoddiad i Alun a Gwenda a Huw a Betsan i gael bryd o fwyd gyda nhw. Mae John ac Elin yn brysur, John wrth y barbeciw ac Elin yn gwneud bowlen o goleslaw yn y gegin. Mae pawb gyda gwydraid o win. Dydy Alun a Gwenda ddim wedi cyfarfod Huw a Betsan o'r blaen ac maen nhw'n eistedd ar gadeiriau cyfforddus yn sgwrsio.

Mae Huw yn gofyn "Ble wyt ti'n gweithio Alun?"

"Dw i'n mecanic" medda fo, "os yw dy gar yn torri lawr mae'n debyg mai fi fydd yn dod i dy achub di."

"O reit, dydw i ddim yn cofio'r tro diwethaf i mi gael trafferth efo fy nghar," medda Huw" ond efallai ddylwn i ddim wedi dweud hynny."

"Na wyt ti'n iawn, ti byth yn gwybod pryd mae'r pethau yma'n mynd i ddiwydd, efallai bydda i'n gweld ti wythnos nesaf!"

Mae Gwenda a Betsan yn athrawon ond mewn ysgolion gwahanol, maen nhw wedi bod yn mwynhau'r tywydd braf ac yn cael hwyl gyda'u plant.

"Faint o blant sydd gennych chi, Gwenda?" gofynnodd Betsan

"Dim ond dau, Erin a Dafydd, maen nhw'n ddigon!" medda Gwenda "Beth amdanoch chi?"

"Dau fachgen Rhodri a Gwynfor, efeilliaid ydyn nhw, roedd hynny'n dipyn o waith pan oedden nhw'n fychan ond dyn ni'n gallu ymlacio dipyn erbyn hyn."

"Mae'r bwyd yn barod!" medda Elin "Dewch at y bwrdd, oes rywun eisiau mwy o win, ew, cer i nôl potel arall o'r gegin John. Dw i'n meddwl bod y pedwar yma'n hoffi gwin!"

"Dyma chi, helpwch eich hunain, mae stecen i

bob un ac mae mwy o fyrgyrs ar y gridl. Mae salad fan hyn ac mae Elin wedi gwneud bowlen swmpus o goleslaw. Mwynhewch!"

"Mae'r stecen yma'n ardderchog, John" medda Huw "wedi ei goginio i'r dim."

"Ydi, mae," medda Gwenda "mae'n amlwg bod ti'n hoffi coginio."

"Dw i'n iawn tu allan, rywbeth i wneud efo'r gwin yn llifo'n well, dw i'n meddwl." medda John wrth chwerthin "ond Elin yw'r bos yn y gegin."

"A ble dach chi'n mynd ar eich gwyliau?" gofynnodd Elin.

Roedd Alun a Gwenda yn mynd i Ffrainc unwaith eto, i le ddim yn bell o Biarritz, Huw a Betsan yn mynd i Sbaen am y tro cyntaf. Mae John ac Elin yn mynd i dreulio bythefnos yn crwydro Cymru yn eu campyrfan moethus. Chwarae teg iddyn nhw!

Geirfa

- Adeiladu – to build
- Gwahoddiad – invitation
- O'r blaen – before
- Mae'n debyg – it's likely
- Trafferth – trouble
- Ti byth yn gwybod – you never know
- Digwydd – to happen
- Efeilliaid – twins
- Helpwch eich hunain – help yourselves
- Fan hyn – here
- Swmpus – huge
- I'r dim – perfect
- Mae'n amlwg – it's obvious
- Llifo'n well – goes down better
- Unwaith eto – once again
- Am y tro cyntaf – for the first time
- Treulio – to spend (time)
- Moethus - luxurious

Arferion y Nadolig yng Nghymru

gan Martin Jones



Mae pobl ledled Ewrop wedi dathlu tymor y Nadolig ers cyn cof - mewn ffyrdd crefyddol a seciwlar fel ei gilydd. Ac nid ydy pethau'n wahanol yng Nghymru, lle mae nifer o arferion unigryw. Er i'r rhan fwyaf o'r arferion hyn ddiflannu gyda thwf diwydiant tua diwedd y bedwaredd ganrif ar bymtheg, mae ambell un wedi goroesi a dal yn cael eu cynnal mewn rhai ardaloedd, gan gynnwys y Mari Lwyd, Hel Calennig, a Gwasanaeth y Plygain.

Y Mari Lwyd



Penglog ceffyl wedi'i orchuddio â lliain a rhubanau ydy'r Mari Lwyd. Mae parti o ddynion yn ei thwys hi o gwmpas yr ardal yn ymweld â phob tŷ neu dafarn, lle maen nhw'n canu penillion ar garreg y drws. Wedyn mae dadl (sy'n cael ei galw "pwnco") rhwng y parti a pherchennog y tŷ. Fel arfer, mae hyn yn cynnwys llawer o dynnu coes wrth i'r naill ochr ddifriō'r canu, a thynnu sylw at feddwod a ffaeleddau eraill y llall.

Mae'n anlwcus gwrthod mynediad i'r Mari, ac unwaith yn y tŷ mae'r parti'n diddanu'r teulu a derbyn bwyd a diod - ac weithiau rhodd ariannol.

Gall y Mari Lwyd ddigwydd ar unrhyw adeg dros dymor y Nadolig, ond mae'n cael ei chysylltu'n arbennig â Nos Ystwyll, sef 6ed Ionawr. Mae'n debyg bod y Mari gynt yn adnabyddus trwy Dde Cymru i gyd, ond nawr dydy hi ddim yn cael ei gweld yn aml y tu allan i Forgannwg, lle nid ydy'r arfer wedi diflannu'n llwyr.

Mae nifer o awgrymiadau ynglŷn â gwreiddiau'r Mari. Er enghraifft, yn ôl rhai, mae'n ymwneud â'r cyfnod pan ddaeth y ceffyl yn anifail gwerthfawr i ddyn. Mae pobl eraill yn credu ei bod hi'n gysylltiedig â seremonïau ffrwythlondeb, neu efallai'n gysylltiedig â chwedl Rhiannon yn Y Mabinogi.

Hel Calennig

Mewn llawer o wledydd mae arfer hynafol o roi anrhegion ar Ddydd Calan, ond yng Nghymru hel calennig oedd y traddodiad.

Byddai grwpiau o blant yn mynd o dŷ i dŷ ac yn canu penillion i ddymuno iechyd a llwyddiant i bob teulu ar gyfer y flwyddyn i ddod. Bydden nhw'n cael rhodd o fwyd neu arian am eu trafferth. Roedd rhaid iddyn nhw wneud hyn cyn hanner dydd.

Rhan bwysig o hel calennig oedd cario afal wedi'i addurno a oedd yn cynrychioli lwc dda. Byddai tri darn o bren yn cael eu gosod ar waelod yr afal i wneud coesau. Hefyd, byddai'r plant yn gosod darnau o almon yn yr afal a dail bytholwyrdd ar ei ben. Ar ôl y daith o gwmpas yr ardal, byddai'r afal naill ai'n cael ei arddangos yn y cartref neu'n cael eu rhoi'n anrheg i ffrind.

Mewn rhai ardaloedd o'r de 'perllan' oedd yr enw am yr afal calennig, a chafodd yr afal ei addurno

â gwahanol fathau o blanhigion, gan gynnwys llawryf, celyn, rhosmari, bocs, a lafant.

Dyma bennill o ardaloedd Ceredigion a Sir Benfro:

Mi godais heddiw ma's o'm tŷ
A'm cwd a'm pastwn gyda mi,
A dyma'm neges ar eich traws,
Sef llanw'm cwd â bara a chaws.

Ond pryd mae Dydd Calan? 1af o Ionawr, wrth gwrs.....neu beidio! Achos bod pobl mewn cornel bach o Sir Benfro (sef Cwm Gwaun) ac yn Llandysul yn Sir Geredigion yn dathlu Dydd Calan ar 13eg o Ionawr! Mae'n stori faith, ond mewn ychydig eiriau mae pobl yn yr ardaloedd hyn yn parhau i anwybyddu'r calendr Gregoraidd a gafodd eu mabwysiadu yng ngweddill Prydain yn yr ail ganrif ar bymtheg, a mynnu dathlu'r flwyddyn newydd ar 13eg o Ionawr.

Gwasanaeth Y Plygain

Mae'n debyg bod y gair "plygain" yn dod o'r Lladin "pullicantio" sy'n golygu "caniad y ceiliog," ac yn wreiddiol roedd plygain yn dynodi gwasanaeth boreol cyffredin. Tan yr unfed ganrif ar bymtheg, un o wasanaethau'r Eglwys Gatholig oedd y plygain. Yn ystod y ganrif honno cafodd y Plygain ei fabwysiadu gan y Protestaniaid, ac wedyn yn ddiweddarach gan yr Anghydfurfyr.

Yn draddodiadol, dechreuodd y Plygain am dri o'r gloch, ond gyda threigl amser daeth chwech o'r gloch yn fwy cyffredin. Erbyn heddiw, fel arfer mae e'n cael ei gynnal gyda'r nos. Yn wreiddiol, dim ond y dynion oedd yn mynd i'r eglwys neu gapel a byddai'r merched yn aros gartref. Ond erbyn y bedwaredd ganrif ar bymtheg, byddai'r merched a'r plant yn mynd hefyd.

Mae'r gwasanaeth yn agor gyda'r Hwylol Weddi mewn eglwysi a gyda gwasanaeth byr mewn capeli. Wedyn, mae'r datganiad: "Mae'r plygain nawr yn agored." Mae hyn yn golygu bod unrhyw un yn gallu cyflwyno carol blygain, ac

mae carolwyr, y naill ar ôl y llall, yn dod i flaen yr eglwys neu'r capel i ganu. Does dim rhaglen, ond mae'r carolwyr eu hunain yn sicrhau bod amrywiaeth yn nhrefn y carolau gan osgoi cael dau unawdydd yn dilyn ei gilydd, neu ddwy ddeuawd ac yn y blaen.

Mae'r canu'n anffurfiol, heb arweinydd. Mae gyda'r noson ddau hanner, ac mae'n rhaid cofio trefn yr hanner cyntaf er mwyn dilyn yr un drefn yn yr ail hanner, a hefyd cofio pa garolau sy wedi cael eu canu i osgoi ail-ganu'r un carolau. Ar y diwedd, mae'r dynion sy wedi cyflwyno carol yn cael eu galw i gydganu "Carol y Swper."

Mewn rhai ardaloedd o Gymru byddai pobl yn ceisio cadw ar ddihun trwy'r nos, a bydden nhw'n ceisio llenwi'r oriau mewn rhyw ffordd neu'i gilydd. Yn Ninbych-y-pysgod, er enghraifft, byddai torfeydd yn cario fflaglau, gweiddi penillion, a chwythu cynruchod cyn ffurfio gorymdaith fflaglau a hebrwng y rheithor o'i dŷ i'r eglwys. Ac mewn ambell ardal gefn gwald, byddai pobl yn dod ynghyd mewn ffermdai i wneud cyflaith.

Hyd y bedwaredd ganrif ar bymtheg, roedd yn anghyffredin cynnal gwasanaethau gyda'r nos ac felly nad oedd unrhyw goleuo yn yr eglwysi. Felly, byddai'r bobl oedd yn mynychu gwasanaeth y Plygain yn dod â chanhwyllau i oleuo'r eglwys. Yr oedd goleuni llachar canhwylau'r Plygain yn nodweddiadol bwysig o'r gwasanaeth - ond hefyd mae hanesion am dân yn cael ei gynnal yn ystod y gwasanaeth, a hyd yn oed am eglwysi'n llosgi i lawr!

Er bod y Plygain yn draddodiad trwy Gymru i gyd, cysylltir Sir Drefaldwyn yn arbennig â'r gwasanaeth sy wedi parhau'n gryf yno – ond mae'n debyg bod y Plygain yn mwynhau adfywiad mewn ardaloedd eraill hefyd.

Geirfa

Y Fronfraith

Taith boreol – morning walk
Lleisiau melys – sweet voices
Ail gyfle – second chance
Canlyniadau – results
Cyfnither – cousin (female)
Ffwrdd â ni – off we go
Cael ei gwynt yn ôl – get her breath back
Edmygu – to admire
Cydbwysedd – balance
Yn un pentwr – in one pile
Dwedwch – tell me
Sylwais – I noticed
Bronfraith – thrush
Crwydro – to wander
Hapus ei byd - happy in her world
Chwilota – to rummage
Syllu – to stare
Ychwanegu – to add
Cyffro – excitement
Cynulleidfa – audience
Cymharol barchus – relatively respectable
Glin – lap
Heglu hi o 'ma – take to its heels
Adenydd – wings
Yn dynn – tightly
Mewn syndod – in surprise

Pum Ffordd at Les

Syndod – surprise
O bryd i'w gilydd – from time to time
Gwytnwch – toughness
Ymchwil – Research
Iechyd meddwl – mental health
Lles – welfare
Gweithred – activity
O'ch amgylch – round about you
Cydweithwyr – fellow workers
Cymdogion – neighbours
Meithrin – to nurture
Cefnogi – to Support
Cyfoethogi – to enrich

Dymunol – pleasant
Dieithryn – a stranger
Ailgydio – to start something again
Cyfnewid – Exchange
Gweithgareddau segur – suspended activities
Sylwgar – observant
Chwilfrydig – inquisitive
Anarferol – unusual
Tymhorau – seasons
Ymgasglu – to meet together
Dechrau ble ydyn ni – to start from where we are
Serch hynny – in spite of that
Hwyliau da – good spirits
Dibwys – of no importance
Diamynedd – impatient
Ymwybodol – to be conscious (of)
Amgylchoedd – surroundings
Yn eu plith – among them
Yn gyson – regularly

Llyfr Anne Gwynne

Ac yn sôn am – and speaking of
Papurau bro – local (Welsh) papers
Cyhoeddi – to publish
Ar y ffordd i'r wasg – on its way to the press
Hosan – stocking
Arolygiad – review

Arferion Nadolig

Ledled – all over
Ers cyn cof – a very long time ago
Crefyddol – religious
Unigryw – unique
Twf diwydiant – growth of industry
Goroesi – to outlive
Cael eu cynnal – are still held
Gan gynnwys – including
Penglog – skull
Gorchuddio – covered
Tywys – to lead
Ymweld â – to visit
Penillion – verses
Carreg y drws – threshold

Dadl – argument, banter
Perchennog – owner
Difriö – to pour scorn on
Rhodd – gift
Nos Ystwyll - Epiphany
Yn ôl rhai – according to some
Cysylltiedig – associated with
Ffrwythlondeb – fruitfulness
Arfer hynafol – ancient custom
Dydd Calan – New Year's Day
Calennig – New Year's Gift
Addurno – to decorate
Cynrychioli – to represent
Almon – almond
Dail bytholwyrdd – evergreen leaves
Llawryf – laurel
Celyn – holly
Lafant – lavender
Stori faith – long story
Parhau i anwybyddu – continue to ignore
Mabwysiadu – to adopt
Dynodi – to denote
Anghydfurfwyr – nonconformists
Treigl amser – the passage of time
Hwyrrol weddi – evening prayers
Y naill ar ôl y llall – one after the other
Trefn y carolau – order of the carols
Unawdydd – solo artist
Deuawd – duet
Anffurfiol – informal
Ar ddihun – awake
Torf(eydd) – crowd(s)
Cyrn buchod – cowhorns
Gorymdaith – procession
Ffagl – flaming torch
Hebrwng – to lead
Cyflaith – toffee
Nodwedd – characteristic
Adfywiad – rebirth

Nadolig Llawen i chi gyd!

Dw i wedi bod yn trio addurno'r cylchlythyr efo pob math o luniau Nadoligaidd ond rywsut allaf i ddim rhoi nhw yn union le dw i eisiau. Ond mae rhaid cael trimins adeg Nadolig ond oes? Felly dyma ddetholiad o luniau i chi dorri allan a, gyda PritStick neu SticPrit yn Gymraeg, dw i eisiau chi addurno'r cylchlythyr mewn ffordd sydd yn adlewyrchu'r tymor. Mi wna i drïo eto blwyddyn nesaf er mwyn arbed amser i chi. Yn y cyfamser, diolch am eich cymorth!

A diolch i chi'r darllenwyr a'r holl gyfranwyr am gyfrannu at lwyddiant y cylchlythyr yma.

Mwynhewch eich Nadolig
Rob Evans

