

**Penblwydd**  
(20151214)

Cynes anwes o enyn- uno gwyn  
Â gwên ar ben blwyddyn;  
Gwyn pob gwên a nerth perthyn  
Yn glynu fy rheulu'n un.

(Mwynhau penblwydd.)

**Deiôd**  
(20151213)

Chwaeth anodyn a cathôd ag effaith  
PN gyffordd hynod;  
Anrheg trydaneg yw dod  
I ddeall gwefr o ddeiôd!!

(Darllen adroddiad T am gyffordd PN.)

**GlanTawe**  
(20151211)



Llif co'r hen gwm glo'n y glawiad – a llif  
Yn llefain ei fwriad;  
Rhodd hael hen nodiant rhyddhad;  
Nid mud tŷn hud dyodiad.

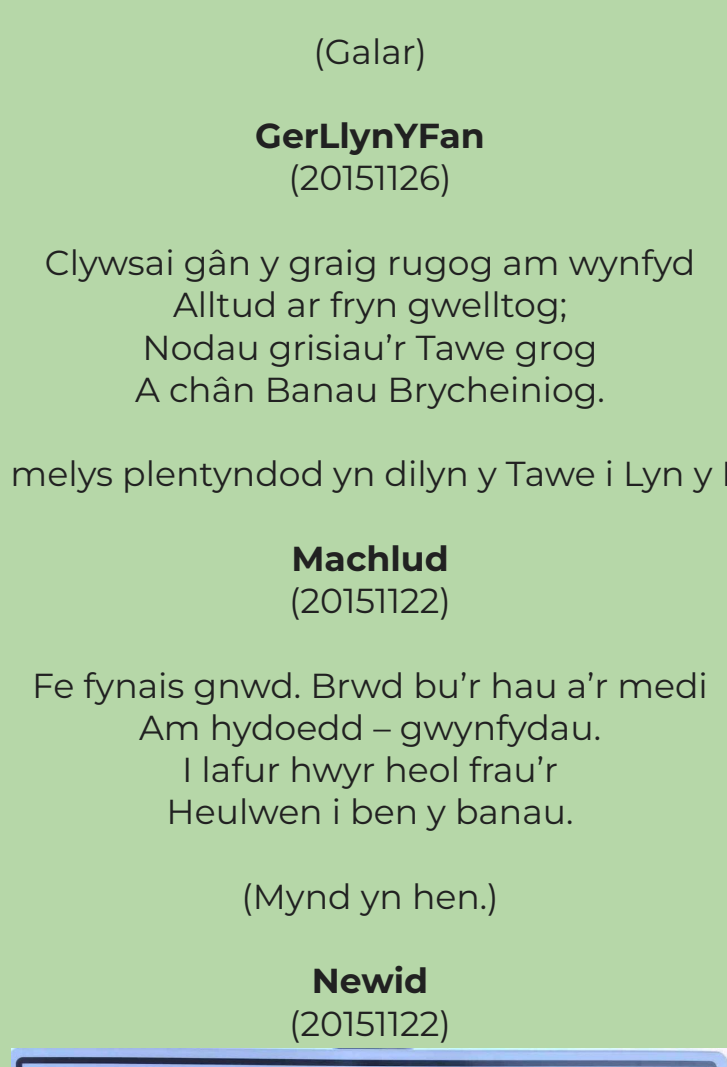
(Mynd i redeg ar hyd lan y Tawe wedi'r gwlaw mawr.)

**Adfent**  
(20151209)

I winllan Lleisiau Menlli – swyn euraidd  
Soniarius yr Oakley;  
Ar ganiad gwyl y geni,  
Ochain iach ein côr bach ni.

(Penwythnos hyfryd; teimlo'r Nadolig yn dod. Cyngerdd flynyddol y côr.)

**Boston**  
(20151130-1204)



I'th hud dof unwaith eto – i gamu  
Uwch gwmwl am gyffro;  
Her y ffwl sy'n byw ar ffo:  
Syniad doeth, ai ben teithio?

O herio'r lluniau arian – llawenydd  
Sain lluniau'n ymddiddan;  
Anelwig ôl signal gwan;  
Beichio'r symudiad bychan.

Yn feudwy gyda'r fedwen i Harvard,  
Ac agorfeydd awen;  
Heddw eiliad 'da'r ddeilen;  
Hynod braidd cymuned bren.

Golau'r egwyl a rhagor – mae addysg  
Fel medd, llyr egwyddor;  
Gwledw y golau yw eiddo'r  
Rhai sy'n dilyn siwrnai'r Siôr.

(Yn MIT ym Moston am yr wythnos, Rhedeg i Harvard yn y bore! Dysgu am brosiect "motion magnification" sy'n galluogi Chaudry effeithiau dirgryniadau bychain iawn – ac felly mae lluniau fideo wirioneddol yn gallu siarad! Yr afon Siôr sy'n rhedeg drwy Boston.)

**Arwydd**  
(20151128)

Dyma'n lluman yn y llwch i'n harwain  
O'n hiraeth a'n dryswch;  
Nid rhywydd â'n galar yn drwch,  
Ond dewr estyn o'n tristwch.

(Galar)

**GerLlynYFan**  
(20151126)

Clywsai gân y graig rugog am wynfyd  
Alltud ar fryn gwellog;  
Nodau grisiau'r Tawe grog  
A chôan Banau Brycheiniog.

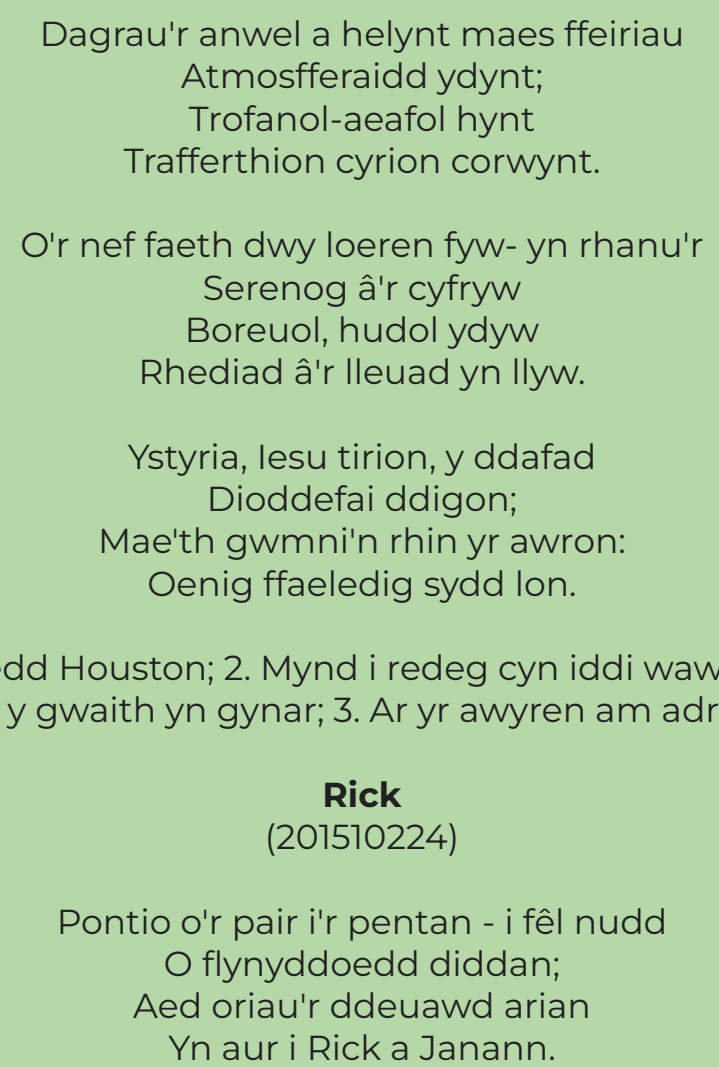
(Atgofion melyn plentyndod yn dilyn y Tawe i Llyn y Fan Fawr.)

**Machlud**  
(20151122)

Fe fynais gnwd. Brwd bu'r hau a'r medi  
Am hydoedd – gwynfydau.  
I lafur hwyr heol frau'r  
Heulwen i ben y banau.

(Mynd yn hen.)

**Newid**  
(20151122)



Gofal "Naturiol Gyfoeth"  
Death i arbed cored coeth;  
Oer arwydd erwau'r eira -  
Yn barod wyf, bore da!

Fy hiraeth am Fwyaren – daw gofid  
Cydag Afal. Bargen  
Dan orthwrw a llwm fy llen  
O wynebu'r anfen.

(Mynd i redeg yn GG yn doddi'r byd yn with le unwaith eto. Wedi gorfod newid ffon mwyaren am afal – ych a fil)

**Kate**  
(20151115)

Rho wên, cei greu llên â llonydd, brydydd  
Brwd ar destun "Stormydd"  
Â'u cyfaredd. Diwedd dydd  
Fe ddaw taw ar y tywydd.

Wyt dirion fy nghorwynt dyrys - Corwynt  
Kate dymhestlog. Rhwyfus  
Wynt a gwlaw yn fraw ar frys  
I wynfe bwa'r enfys.

(Mynd i redeg y bore 'ma â'r sgwynt a'r gwlaw ar eu gwaethaf; ond cyraedd y cwrdd ym Mhendref ag enfys odidod uwch Rhuthun.)

**Hydref**  
(20151115)

Llef hiraeth tywyll fore a hwyrddydd  
Edrydd atgof hydre';  
Cofia hwyl twcio 'fale'  
A sbri dail yn lloni'r lle.

(Yr Hydref yn wirioneddol wedi'n gadael; gaeaf yw hi bellach.)

**Paris**  
(20151114)

Daeog, dwli pob dewis - yn y dail  
Mae'n bodolaeth dibris;  
Fel y diawl yn taflu dis  
A'r meirw'n dwr ym Mharis.

(Dros can wedi eu lladd neithiwr, hyrtwch.)

**Troedigaeth**  
(20151112)

I gryd moes ger Damascus y ganwyd  
Yn genad, mab Tarsus  
O'r saint, a'i fraint troi ar frys  
I rodio'r ffordd gariadus.

(Troedigaeth Paul.)

**YNeges**  
(20151110)

Y nef caru cyd-ddyn yw - cân awdlau'r  
Cenhedloedd yn hyglyd;  
A chynig reit unigryw  
Ar hyd oes yw caru Duw.

(Neges Paul yn canolbwyntio ar gyd-ddyn, ond yr Efengylau yn pwysleisio cyd-ddyn a Duw.)

**IBawb**  
(20151109)

Ei gais oedd bod yn gyson, yn dryw  
I Dduw yr Iddewon;  
Ond dal, rhaid oedd newid tŷn  
I ddenu'r cenedl-ddynion.

(Paul yn ceisio rhoi'r Gair i bawb.)

**SolaFide**  
(20151108)

Cyfeillion, digon yw'r dydd inni fyw  
Yn Nuw'n ol ein hawydd;  
Mwynach na chopa'r mynydd  
Yw eiliad cyffyrddiad ffydd.

("Iachawdwriaeth drwy ffydd yn unig; sylfaen cred y Protestaniaid a hwyrach Paul hefyd.)

**Paul**  
(20151107)

Geiriau hud y gwir gredo yn gynig  
I genedl drwy grwydro.  
Elai Paul i apelio  
Â'r llên sy'n cyfiawnhau'r llo.

**Houston**  
(20151026-29)

Dagrau'r anwel a helynt maes ffeiriau  
Atmosfferiaidd ydynt;  
Trofanol-aeafol hynt  
Trafferthion cyrion corwynt.

O'r nef faeth dwy loeren fyw- yn rhanu'r  
Serenog â'r cyfryw  
Boreuol, hudol ydyw  
Rhediad â'r lleuad yn llyw.

Ystyria, Iesu tirion, y ddafad  
Dioddefai ddigon;  
Mae'th gwmni'n rhin y'r awron:  
Oenig ffaeledig sydd lon.

(1. Storm wrth gyraedd Houston; 2. Mynd i redeg cyn iddi wawrio am fod rhaid fod yn y gwaith yn gynnar; 3. Ar yr awyren am adre. )

**Rick**  
(201510224)

Pontio o'r pair i'r pentan - i fêl nudd  
O flynyddoedd diddan;  
Aed oriau'r ddeuawd arian  
Yn aur i Rick a Janann.

(RG yn ymddeol)

**Gwern**  
(20151014-1102)

O'i fynd, erys addfwynder ni wywa,  
Taena! olau tyner  
Neges enfys fel llusern;  
Gwawr eiliad o gariad Gwern.

Yn awr, gwawr sy'n rhagori - diofid,  
Dyfal yw ei gwmmi;  
Fe ddaw 'da'r gwlaw i'n gloywi,  
Llawen haul i'n lliwio ni.

**Caerhirfryn**  
(20151014)

Lloniant Ardal Y Llynoedd - lle perffaith  
Am araith y moroedd;  
Am enyd, mor hyfryd oedd  
Yno'n heddw y mynyddoedd.

(Yng Nghonder Grin, a gweld mynyddoedd Ardal Y Llynoedd am y tro cyntaf oddiyno.)

**Tlysni**  
(20151011)



Aur ysblander mwynder mud yw apêl  
Cipolwg ar wynfyd;  
Tudraw; gem uwchlaw'r machlud:  
Rhodd hwyr atmosfferiaid hud.

(Penderfynu mynd i redeg a'r machlud yn rhyfedd.)

**Camu'Mlaen**  
(20151011)

Yn don, gwrthiwn amdani - o fymryn,  
Gresyn, methwn groesi;  
Tranc yn erbyn un-deg-tri:  
Ond gwellwn, Tad, o goll!

("Lwc owt!" Springbocs mae'r Cochion yn dod!)

**DiweddWythnos!**  
(20151009)

Hedyn i ail-blanu hyder, enfys  
I ddarganfod amser;  
Cau drysau rhag oriau her:  
Eginy'n p'nawn dydd Gwener.

(Penwythnos ar ol wythnos brysur iawn.)

**ArDonnau'rDee**  
(20151007)



Traw'r gordd yw'r dwr yn corddi'n y glyn cain  
Â'r glaw'n canu grwndi  
I gywair pair yn poeri  
Galwad rhaeadr Banchori.

Rhydd eiliadau'r ddôl lydan, llen o heddw  
Llonyddwch i'r tîmpan;  
Gwynfyd am enyd yw'r man:  
Hin o haul bore'r Alban.

(Ym Manchory ger Aberdeen ar gwlaw yn ddibaid! Ond yn gwella'r rhyfeddol ar fore'r trydydd dydd!)

**Lloegr13-Awstralia31**  
(20151004)

Englyn i orchfugwyr Anglia - pob hawl,  
Pob parch i Awstralia;  
Heddiw aur a gwyrrdd sydd dda -  
Ond gwyliwch undod Gwalia!

I ferw gwyllt Galfaria - arswydus  
Her yw'r Sadwrn nesa!  
Cadlu'r Cymru'n cochi'r ca'  
A waldi'r hen Fatilda!

(Lloegr y colli i Awstalia'n golygu taw Cymru ac Awstralia - nid Lloegr - sy'n camu 'mlaen yng Nghwpan y Byd! Ond rhaid i Cymru guro Matilda i gael gwell cyfle wedi hynny.)

**SuperSixEvo**  
(20151002)



Cylched pured ei apêl, llaw mewn llaw  
Â min llif yw awel  
Yw cysawd deuawd dawel  
Enyd aur gefn Canondêl!

(Mynd am sbin ar y beic newydd Cannondale.)

**Atadnodi**  
(20150930)

Fel un neges hen cofleni - heb awch  
Nwyd ebychnod ydi;  
O'r llith hen dawl llên mewn lli  
Newidiol atalnodi.

(Darllen hanes atalnodi gan David Crystal, cyn ddarlithydd Saeneg ym Mangor.)

**Arwr**  
(20150929)

Apostol, gwefr fesitrolgar yn rodio'r  
Trawiadau'n ddigymar;  
Maswr o giciwr, gwr gwâr:  
Dyn a bugail, Dan Biggar.

(Cymru yn curo Lloegr yng Nghwpan Y Byd)

**TymorNewydd**  
(20150929)

Â bwrllwm nwyf yn gwmmi - i ferw  
Yfory y mudi;  
Hwyl ymadael ym Medi:  
Pendifaddau'n heisiau ni.

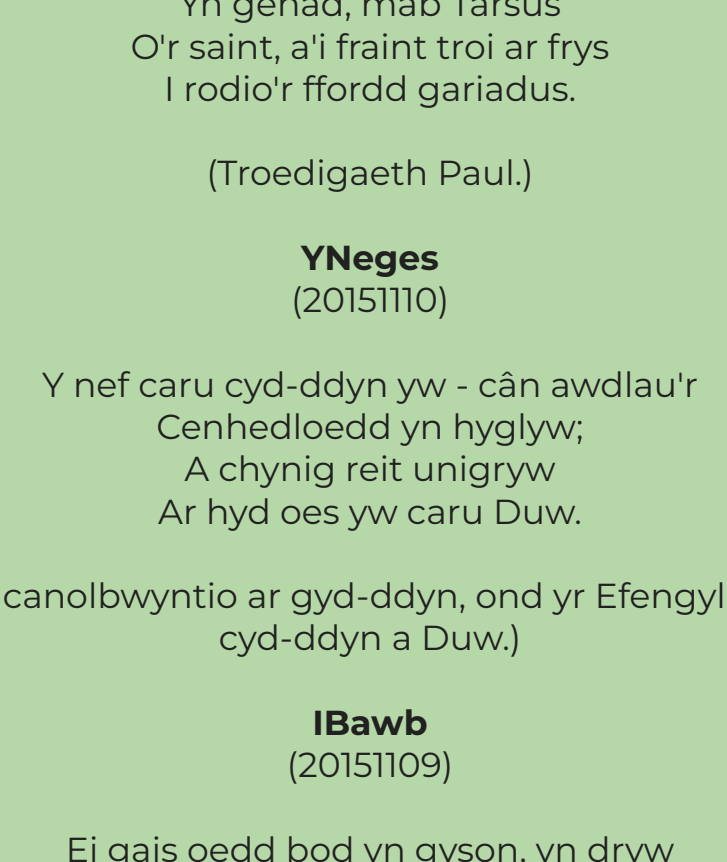
(Bywyd yn ail-gydio i draw arferol â'r plant yn dychwel i'r coleg, ac aelwydydd yn ymdawelu.)

**AdwyNeuEdig?**  
(20150926)

Rhith llanwr ar draethell unig - mwyn ôl  
Manyl yn colledig;  
Her y niwl a phren y wig;  
Gweladwy ai gweledig?

(Meddwl am y gwahaniaeth rhwng "-adwy" - sy'n bod / digwydd \*mewn egwyddor\* ond nid o reidrydd yn bod / digwydd ar y pryd - ac "-edig" - sydd \*yn bendant\* wedi bod / digwydd, neu yn bod / digwydd ar y pryd.)

**PenTalwrn**  
(20150923)



I'r afael nawr â rhyfeg, er nodi'r  
Rhaniadau a'r dirmyg,  
I godi ffwl o'i ddiffyg  
Teg yw'r hin o Allt-y-grug.

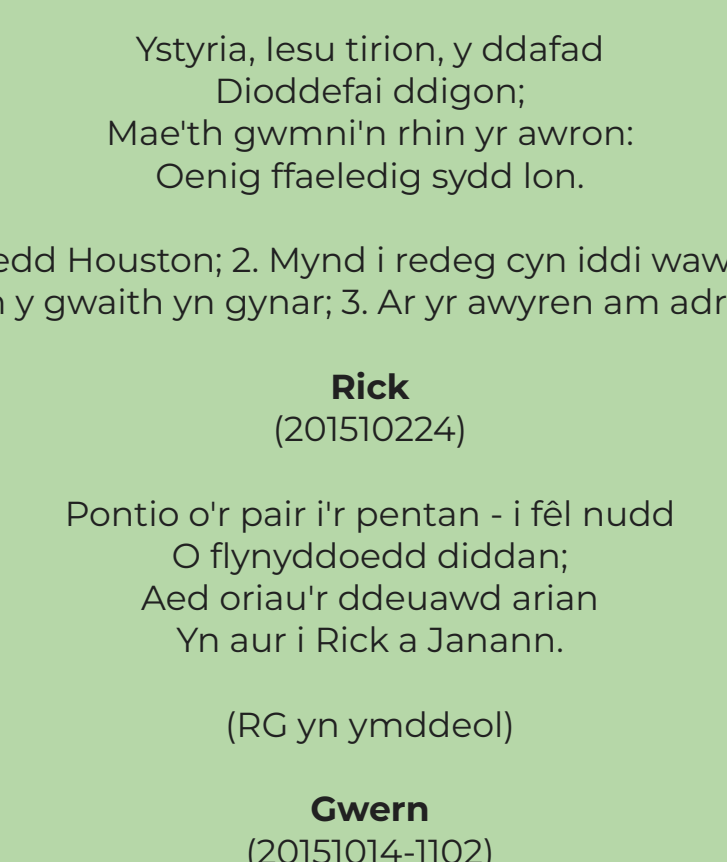
(Y byd yn ei le ben mynydd.)

**GwlawMân**  
(20150922)

Nodau'r aur o glychau'r gwlaw yn bwrw'n  
Ddi-sylw sisiala  
Wylu'r niwl i'r hen alaw  
Fel canu grwndi di-daw.

(Cawodydd a niwl dros y penwythnos yn GG.)

**O-O**  
(20150920)



Diwedd haf ger yr afon; boddi tân  
Gwrol gân y Gwynion;  
Eglwysig Fedi'r Gleision  
Li'; swyn taffis Everton.

(T a fi yn y peldroed yn y Libert. Yr Elyrch yn ffodus iawn i orffen yn gyfartall!)

**YFanerGoch**  
(20150917)

Synwyr eglur, swyn ei raglith yw rin  
Gwirionedd nid rhagrith.  
Hea undod ni fydd bendith:  
Da chwaeth achubiaeth o'r chwith!

(Y BBC yn pardduo'r Blaid Lafur yn ddigwyilydd neithiwr ar newyddion Radio 4 am 10yh.)

**Henri**  
(20150917)

Di-daw wlaw, trofanol her yw anrheg  
Fel Henri a'i dymer!  
Mymppwy fy nwyf yn ofer  
Â hin diawl yn Santander!

(Methu mynd i gynhadledd yn Sbaen o achos storom yno ac EasyJet yn canslo!  
Eironi mai'r hinsawdd a'i heffeithiau oedd pwnc y cyfarfod! Rhoi'r sgwrs â Skype yn y pen draw o Rh!)

**Cosb**  
(20150915)

I ofod atsein aflafar nodau'r  
Feirniadaeth a gwatwar  
Cof alawon gwirion gwâr;  
Unig erchyll hen garchar.

(Rhedeg heibio'r Hen Garchar yn Rh a meddwl am ei hanes.)

**Adnewyddiad**  
(20150909)



Eiddil gwan meddalwedd gudd - araf fyd

Cyfrifiadur newydd;  
Unigedd diddiwedd ddydd  
O lanast rhyw rhaglenydd!

(Cyfrifiadur newydd yn y gwaith.)

**Gweld?**  
(20150908)

O lwyddiant i bendantrwydd; ol ego  
Drwy lygad y nodwydd;  
Awen a seren a swydd  
Yn nagrau sefydlogrwydd.

(Ai llwyddiant ai bodlondeb sy'n ben?)

**BwytyDylan**  
(20150906)

Un eiliad fythgofiadwy'n yr harbwr  
Neithiwr ym Mhorthaethwy;  
Mô'n a mel Menai a mwy;  
Awr orlawn wedi'r arlwy.

(Mynd am ginio 'da K+Ch, T + rhieni!)

**Cyprus0-1Cymru!**  
(20150904)

Cyfunar syml a'r cymhleth - dyn banog,  
Dawn Bale yw creu penbleth!  
Cwiw graidd i'r fintai ddi-feth,  
Y Gwr, ein gwawr yw'n Gareth!

(Gareth Bale yn sgori eto, a Chymru'n enill!)

**Mudo**  
(20150903)

Drwy ranu daw'r arweinwyr i'r afael  
Â rhyfel a gwewyr  
Caledi Medi'r mudwyr;  
Ateb loes â moes nid mur.

(Meddwl am y trueniaid sy'n ffoi o'r dwyrain canol a gogledd Affrica.)

**Medi**  
(20150902)

Gwyr barug oer y bore fod y rhod,  
Fod yr hin ar gamre  
Fel haid o wenoliad nef  
Yn adrodd stori'r hydref.

(Yr haf yn cilio.)

**Lletchwith**  
(20150831)

Nwydau aur yw amcan dyn? Na! Ceiriau  
Dyngarol yw'n 'sbardun',  
A haelioni'n lloni'n llun!  
I'n harbed, galwn Gorbyn!  
Oes y neges sinigaidd yn farw'n  
Firi democrataidd;

Y Brawd Blair - cof brad y blaidd -  
Yn ol dan siôl sosialaidd.

(Trafod gobeithion Corbyn, ac addo pleidleisio drosto pe byddai'n enill!)

**Croesair**  
(20150829)

Awdl o bos mewn deuliw bair - awgrymog  
Anogramau, disglair  
Rhaolith, duwch rhith a chrair;  
Gresyn gorffen hen groesair!

(Helpu K a Ch i wneud croesair y WM!)

**Dedwyddwch**  
(20150823)

Cyd-bwrpas cymdeithasol - cydbwysedd  
I'n hagwedd unigol;  
Da yw dyn a blodeuo  
Dwyfol y byd fel y bo.

(Darllen Terry Eagleton: "The meaning of life"; Blodeuo un o flodeuo pawb.)

**Cechy**  
(20150817)

(1) Hedd o dinc y freuddwyd wag mewn da bryd

Am mai mud fy meudag;  
Bu hwn yn bwn beth bynag?  
A-men. Da bryd mynd i Brag!

(2) I wyro o'r ffyrdd araf - a dethol

Rhin y daith gyflmaf,  
Salamat nawr i'r satnaf!  
Teclyn dirgel er hel haf!

(3) Gwaria oriau'n gweryru - morio mynd

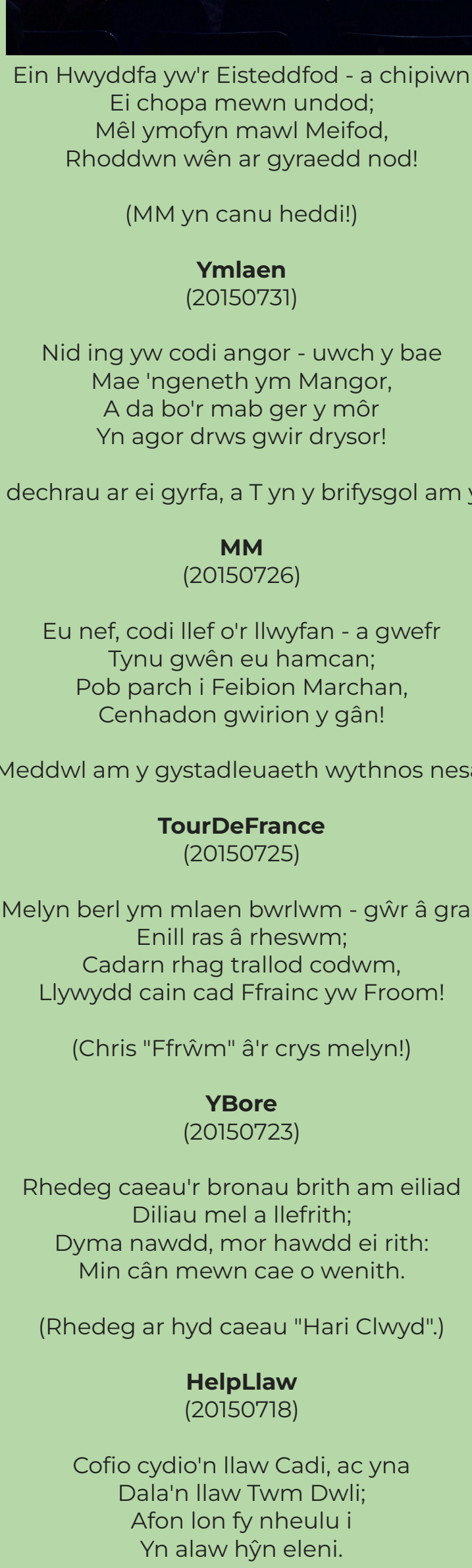
Mae'r Mondeon brasgamu'n  
Ddi-ymdrech 'nol i Cechy;  
Hoff gynefin gwerin gu.

(4) Cymydog, selog y Sulyn - gŵr gwir

A garodd ei gyd-ddyn.  
Tramor ag elor Alun:  
Hwyl fawr i anwylaf un.

(5) Godidocaf, mwynaf yw'r man - henllan

Onllwyn pen bryn arian;  
Atgofion acenion cân  
Yr oesoedd is yr jasan.



(6) Antures ar ei llwybr wybrol - un chwym

Pen ei champ, gwefreiddiol  
Âi gwyr'n addurno'r ddo!  
Mwynhau'n y waun mae'r wenol.

(7) Dyma hindda hen Braha - atgofion

Naddion Comiwnyddia;  
Anwes oes un nos o ha';  
Da 'di dod i dŷ dëda.

(8) Af drwy i'r bobová dráha - codaf

Drwy'r coed wedi'r chata,  
Er cuddio o horko'r ha'  
Haws celu 'nghysgod skála.

(9) Egin heol y gneuen - gwaun a gwig,

Gosgeiddig bisgwydden;  
Meysydd aur, mes y dderwen,  
Glas a gwyrd priffyrdd y pren.

(10) Hap, anhap gorffen penod - o gariad

Ceiriau olaf adnod  
I ofal llawn atlanod.  
Rhyfedd yw'r diwedd sy'n dod.

(11) A grydydwy dyn i gredu gwantach?

Cywirach yw caru  
Hiraeth am wasanaethu  
Ysig wên perthynas gu?

(12) O wresog hafn, ers cyfnod bu achos

Tori baich dy nychdod;  
Gwlychu nefyn cras y nod  
Ag ewyn oer y gawod.

(13) Heb eiriau rhedaf y bore i hel

Alaw a gweld gwynfe;  
Godidocaf yw safle  
Ar gopa aur agape.

(14) Gwybr i encil, brig y Berounka,

Bryn a dol is col certová skála,  
Acw cân U Rozvedcika -  
Ael esgair krajina Hracholuská.

(15) Hyrt o beth yw'r autobahn - carcharog

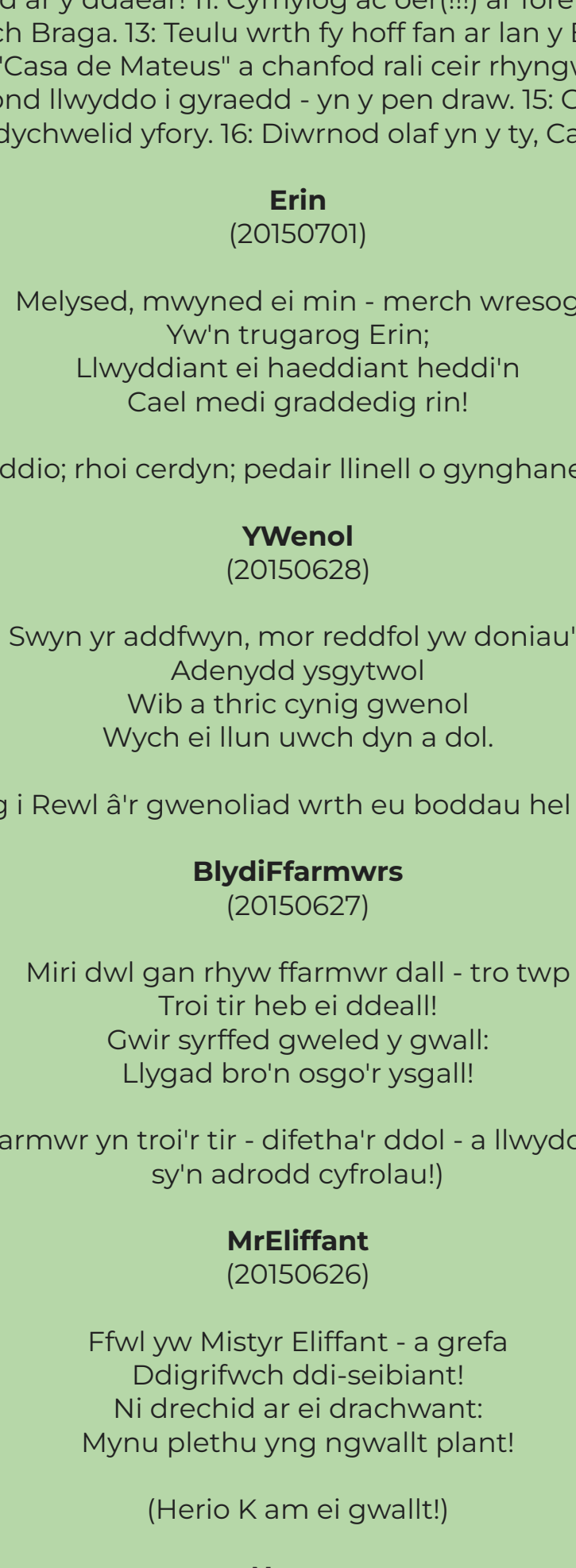
Ceir, a cheir o bobman!  
Pawb yn ddall i'r ffordd allan;  
Rhuthr o'r fagddu'n gyru'r gwan.

(16) Gwawr o oriau'n gweryru - morio mynd

Mae'r Mondeon carlamu'n  
Ddi-ymdrech 'nol o Cechy,  
Brasgamu i Gymru gu.

(1: 6.8 Fy meddwl rhwng cystadlu'r Eisteddfod a'r gwyliau! 2: 6.8 Y satnaf yn arwain y ffordd! 3: 7.8 Y Mondeon mynd fel 'deryn! 4: 7.8 Clywed fod Alun E wedi huno. 5: 8.8 Rhedeg at yr hen onen, 'Jasan' yn Tlsecg, ar ben y bryn - cof hafaidd wlad. 6: 9.8 Gwenoliaid ym mhobman yn Skřivan. 7: 10.8 Eistedd yng ngardd d e da gyda'r hwyr. 8: 11.8 Rhedeg yn Strizkov, ceisio ychydig o Tlsecg yn yr englynion! 9: 12.8 Coed o bod rhywogaeth i'w gweld wrth rhedeg. 10: 13.8 Meddwl am Alun E, a gweld Z a fy ngwedd i fy hun yn heneiddio. 11: 15.8 Darllen am "ystyr bywyd" gan Terry Eagleton. 12-14: 17-21.8 Gwlaw o'r diwedd, ar ol y sychder mawr, a'r glas yn dychwelid: Rhedeg i Rozvedcika a Certová Skála. 15-16: 21.8 Cyru nol mewn diwrnod; gadael Skřivan am 9yb a chyraedd Rhuthun am 2yb wedyn!)

**MM**  
(20150802)



Ein Hwyyddfa yw'r Eisteddfod - a chipiwn

Ei chopa mewn uddod;  
Mêl ymofyn maw! Meifod,  
Rhoddwn wên ar gyraedd nod!

(MM yn canu heddi!)

**Ymlaen**  
(20150731)

Nid ing yw codi angor - uwch y bae  
Mae 'ngeneth ym Mangor,  
A da bo'r mab ger y môr  
Yn agor drws gwir drysor!

(K yn dechrau ar ei gyrfa, a T yn y brifysgol am y mis.)

**MM**  
(20150726)

Eu nef, codi llef o'r llwyfan - a gwefr  
Tynu gwên eu hamcan;  
Pob parch i Feibion Marchan,  
Cenhadon gwirion y gân!

(Meddwl am y gystadleuaeth wythnos nesa!)

**TourDeFrance**  
(20150725)

Melyn berl ym mlaen bwrllwm - gŵr â gras  
Enill ras â rheswyl;  
Cadarn rhag trallod codwm,  
Llywydd cain cad Ffrainc yw Froom!

(Chris "Ffrŵm" â'r crys melyn!)

**YBore**  
(20150723)

Rhedeg caeau'r bronau brith am eiliad  
Dillau mel a llefrith;  
Dyma nawdd, mor hawdd ei rith:  
Min cân mewn cae o wenith.

(Rhedeg ar hyd caeau "Hari Clwyd")

**HelpLlaw**  
(20150718)

Cofio cydio'n llaw Cadi, ac yna  
Dala'n llaw Twm Dwl;  
Afon lon fy rheulu i  
Yn alaw hŷn eleni.

(K a T yn camu 'mlaen.)

**Godre'rGraig**  
(20150718)

Crud yw i'r hedd, crewyd rhod o'r lle hwn  
Tu hwnt i'm mhlentyndod;  
Awgrym hael sy'n gyru'r mod  
Ar randir pererindod.

(Yn GG a'r byd yn ei ile.)

**Graddio**  
(20150716)

Mawl i'r sawl â'r hawl gwisgw het a gŵn  
A gwenu ar garped  
Dysg a hau seiliau solet:  
Cwyd! Hwra! "Doctorette"!!!!

(K yn graddio! Wedi bod yn tynu coes am flynydde am "doctorette".)

**Realiti**  
(20150716)

Heriol tyst realiti - wyf feudwy'i  
Fydoedd dirifedi?  
Hynod yw i fyw fel fi:  
Hynod fyd sydd ohoni!

(Siarad 'da G, a darllen.)

**Cunhas**  
(20150703-13)

(1) Enw hen win yw anial y llcelyn,  
Nefyn heb un hafal;  
Heulog bau'r aur 'di'r ardal  
Golau gwyliau Portiwgal!

(2) Udo'r ci 'cw pen draw ca' - aria cryg

Grawcio'r eiliad nesa!  
Gwynfyd cysawd dauawd da  
Ond ar y brig daw'r broga!

(3) Arbenig o unig yno yw gwaun

Y gwinwydd ar osgo;  
Bywyn yn celu'n y co' -  
Tirion erwau Torneiro.

(4) Yn awr yn uwch na'r Aran i foli'r

Hen foelydd ym mhobman;  
Ar awen llethrau'r henllan  
Daw croeso gŵr y tŵr tân.

(5) Ceir yma llên i'r enaid - cân Cunhas,

Cinio cynes, Coflaid  
Rhyddid o boeni di-baid  
Gan heulwen a gwenoliaid.

(6) O, loches cwm y clychau! Telyneg

O'r gwartheg a'u gwrthiau;  
Awel lon yn amhau  
O grwydro ger rhaedrau.

(7) Lloffion ymdrechion uchel dras - urddas

O erddi a phalas;  
Rhwydd ei swyn a'i chymwynas;  
Guimaraes digymar ras.

(8) Lloches mewn neges anhygo! byd ar wib

'Da'r hebog urddaso!  
Hedd uwch ar ysgwyddau'r ddôl:  
Y groes a'i galwad grasol.



(9) Hynod dôn bandiau'n tanio a chfyod

I Chavez am ginio  
Helaeth, lluniaeth cig y llo;  
Gwyl a dawn gwelwyd yno.

(10) Eto'r bore'n chwilota a deffro

Mewn dyffryn o borfa  
Orau brau eiliadau'r ha'  
Ar bwys y "Rio Beca".



(11) Ciliodd, fe hwyliodd yr heulwen - camais

I'r cwmwl yn llawen;  
Gwelwch, prinach cysgod pren  
Obry'r wylofus wybren.

(12) Byw rhigwm ger tref Braga - dwys antur

Dau seintwar, hwyl hela  
Bron bendithion "Iesu Da"  
Am awr yn Llan Sameira!

(13) Ger y dŵr, bwrllwm cwmni - lleisiau plant

Moriant yn y miri;  
Oriau, muneda'u'n oedi;  
Mae'r croeso'n llon ger y lli.

(14) Mynd eto, cadw ffocws ar rhewlydd

Drwy'r rali i'r betws;  
Talu'i weld y gerddi tlws  
Sy'n harddu ty Matews.

(15) Os dail aur yw pethau'r peithyn - mae naws

Mynwysol yn perthyn  
I offrrwm teca'r dyffryn:  
Heulwen hwyl â'r teulu'n un!

(16) Gwin Casa da Cortinha - melys win,

Canmil swyn i'w goffio;  
Â'm gwydryn, mae'r glyn dan glo  
Ac hindda'n atgof ganddo.

(1: Cyraedd dydd Gwener! 2: Eistedd a y feranda gyda'r nos, nos Sadwrn. Cŵn y bentre'n cystadlu 'da'r brogaod am sylw! 3: Rhedeg fore Sul i'r pentre nesa', Torneiro; golygfeydd anhygoel o'r Serra, a'r gwinlanoedd ar y lethrau. 4: Mynd i Mondim de Basto, a chyraedd copa'r mynydd ac eglwys "Nossa senhora de Graca"; pererindod poblogaidd dros ben; cael croeso cynes iawn gan y gwr gwarchod tanau ar y copa cyfagos - dringo i ben y tŵr, a photolaid o gwrw ganddo! 5: Dydd Llun yn gynyes iawn; amser i eistedd, siarad a gwyllo'r gwenoliaid. 6: Seiniau'r lle - y gwynt yn y coed, dŵr y nentydd a'r afon, clychau'r gwartheg ac eglwysy'r pentrefi cyfagos. 7: Dydd Mawrth i Guimaraes, cyn prifddinas Portiwgal, popeth yn hynod gartrefol, a chroeso ym mhobman 8: Rhedeg fore Mercher i bentre Vilar de Cunhas at y groes ar ben y mynydd: dringo, dringo, dringo, hebogiaid a gwenoliad, am olygfa fendigedig a thyner. 9: Dydd Mercher yn nhref Rhufeinig Chavez. Gwyl Banc neu debyg - a'r lle yn wag yn y prynhawn ond yn ferw o bobl gyda'r nos - a chinio bythgofiadwy! 10: Rhedeg fore lau drwy Torneiro i lan yr afon "Besa" (a anghenir "Besa") - nefoedd ar y dddear! 11: Cymyllog ac oer!!! ar fore Gwener. 12: Dydd Gwener yng nghylch Braga. 13: Teulu wrth fy hoff fan ar lan y Beca fore Sadwrn. 14: Taith i Vila Real i "Casa de Mateus" a chanfod rali ceir rhyngwladol yn y ddinas! Hewlydd ar gau, ond llwyddo i gyraedd - yn y pen draw. 15: Gartref am y dydd, a meddwl am ddychwelid yfory. 16: Diwrnod olaf yn y ty, Casa da Cortinho.)

**Erin**  
(20150701)

Melysed, mwyned ei mŵn - merch wresog  
Yw'n trugarog Erin;  
Llwyddiant ei haeddiant heddi'n  
Cael medi graddedig rin!

(E'n graddio; rhoi cerdyn; pedair llinell o gynghanedd saint!)

**YWenol**  
(20150628)

Swyn yr addfwyn, mor reddfol yw doniau'r  
Adenydd ysgytvol  
Wib a thric cynig wenol  
Wych ei llun uwch dyn a dol.

(Rhedeg i Rewl â'r gwenoliad wrth eu boddau hel gyfbed.)

**BlydiFfarmwrs**  
(20150627)

Miri dwl gan rhyw ffarmwr dall - tro twp  
Troi tir heb ei ddeall!  
Gwir syrffed gweled y gwall!  
Llygad bro'n osgo'r ysgall!

(Rhyw dwpsyn o ffarmwr yn troi'r tir - difetha'r ddol - a llwyddo ond i dyfu ysgall - sy'n adrodd cyfrolau!)

**MrEliffant**  
(20150626)

Ffwl yw Mistyr Eliffant - a grefa  
Ddigrifwch ddi-seibiant!  
Ni drechid ar ei drachwant:  
Mynu plethu yng ngwallt plant!

(Herio K am ei gwallt!)

**Norwy**  
(20150625)

Glas nwydol dros y dolydd - yn y man  
Try'n hafan lliw efydd  
Eirias, mwyn dros y mynydd:  
Heulwen wiw diddiwedd ddydd.

(Dim nos yn Nhrondheim yr haf.)

**ACER**  
(20150624)

I Drondheim glyd ar antur. I Oleh  
Yn dilyn ei lafur,  
Pêr ganiadau geiriau'r gwŷr;  
"Haedda'i ethol yn ddoethur"!

(Un o dau o'r "gwŷr" ar bwyllgor adolygu gwaith PhD O.K. yn Nhrondheim; K.P. o Lund oedd y llall. Testun y gwaith oedd modelu eithafon aml-newidynol gan ddefnyddio "Average Conditional Exceedance Rate". Profiad gwych a phleserus iawn. )

**Ystyr**  
(20150617)

Nef yw'r ddawn i farddoni - drwy wyllo,  
Drwy wrando ar wendid,  
Treigl amser, llonder a llid;  
Cyfareddol, caf ryddid.

(Meddwl am feddwl.)

**YrWyr?**  
(20150613)

Syniad doeth bywyd moethus mai buddiol  
Ymwybyddiaeth chwantos?  
Ai drwy ffawd, ai bawd a bys  
Y deallid ewylllys?

Os daw'n byd o daflu dis, onid dim  
Ond damwain yw dewis  
Urddas er cyraedd stasis  
Bywyd uwch, ymwybod is?

(Meddwl am rhyddid, ewylllys rhydd ac ymwybyddiaeth."Stasis" oedd gair yn hen Roegiaid am fywyd neu gyflwr delfrydol.)

**IDad**  
(20150606)

Heno'n ddinam dy gamre - dy weddi,  
Dioddef fy nghyfle;  
Llyr dy gwmni'n lloni'r lle



Yn barod am y bore.

(Meddwl am gariad tad.)

**TraboDau**  
(20140602)

Yng ngolau hynod darfod dydd, i ben  
Y byd, i ben mynydd;  
Wedi'r dringo'n foddion fydd  
Egwylio gyda'n gilydd.

(Mynd gyda T am dro i ben y Daren.)

**Awen**  
(20150527)

Hiraetha am rhedeg Rhuthun - ar grwydr  
I greu egin englyn;  
O'r ffyrdd i ganu'r ddol gun  
Am unawd blodau menyng.

(Rhedeg dros y cae a'r blodau menyng yn ei hanterth!)

**Niwl**  
(20150525)

Orig anelwig niwlen - yn gwelwi  
Rhyn y tir pen Taren;  
Araith laith trawsfurfiol len,  
Geiriau o olau'r heulwen.

(Niwl yn drwch dros y Daren ar y penwythnos.)

**Sweden**  
(20150523)

Cyrch i lewyrch alawon - ai artaith  
Hyrtwch Eurovision?  
Delweddau, geiriau Gwron  
Yw'n sain aur y noson hon.

(Sweden yn enill Eurovision â chân o'r enw "Gwron")

**Croesi**  
(20150523)

Pelydrau'r golau, y golau bu'n gudd,  
Alawon tirion o ffynon ein ffydd;  
Sain gorfoledd diwedd dydd yn galw  
Yn Enw Hwnw oedd farw - a fydd!

(Meddwl am yr hyn sy'n dod i bawb.)

**OBenYDaren**  
(20150617)

Bwrlwm yr offrrwm gan gwm digymar  
Ac egni rhedeg i ganu'r adar;  
Bryniau sidan Morganwg ar wasgar  
Ac acw golwg ar fanau Sir Gar.

(Mynd i redeg i ben mynydd a'r byd yn ei le.)

**Wedyng**  
(20150515)

Blas unig profedigaeth - ergydion  
Aeron chwerw hiraeth;  
Pob teimlad a phrofiad fraeth  
Ym mer ulwyn marwolaeth.

Yn sibwrdd ulwyn mae'n hysbrydoliaeth  
Ar ddydd y diwedd, oferedd try'n faeth  
Mewn egsgus cymwynasgar - cwmniaeth;  
Drwy foddï galar daw'r fuddugoliaeth.

Atgyfodi'n boddï'r bedd - nod uwchradd  
Yw dechrau o'r diwedd;  
O'r gorau â thrugaredd;  
Amau yn Nuw, byw mewn hedd.

(Meddwl rhoi sgwrs am farwolaeth yn y capel.)

**YGwcow**  
(20150512)

Coda o guddfan coediog - o rywle  
Ar alaw ffynyddog,  
Cân penrhyddid godidog,  
Draw acw'n galw mae'r gog.

(Clywed y gwcw am y tro cyntaf eleni'n tra'n rhedeg i ben y Daren, fore Sul yn GC.)

**Pla**  
(20150510)

Gweld gwywo'r egino, a'r gwaith yn drwch  
O ymdrechion diffaith;  
Dewis iau bu dechrau'r daith  
I adnabod anobaith.

(Dal i feddwl am y gyflafan etholiadol).

**Llety**  
(20150509)

Yn groes wedi enill gradd yw dewis  
Fflat neu dŷ neu neuadd;  
Adeg o goleg sy'n gwadd  
Ai dechrau'n uned uwchradd?

(K yn meddwl am lety'r flwyddyn nesa')

**Yfory**  
(20150507)

Llafuriwn oll yfory - yn nwylo'r  
Hen elyn mae Cymru;  
Ysictod ein cardod cu:  
Rhoi ein tir dan ddwrn Tory.

(Poeni am ganlyniad yfory)

**Chicago**  
(20150502)

Ateb i burdeb cân Ben - rhin alaw'r  
Hen Wilym yw'n hawen;  
Rhyn sydd am oedi'n hA-men!  
Alaw hudol yw Blodwen.

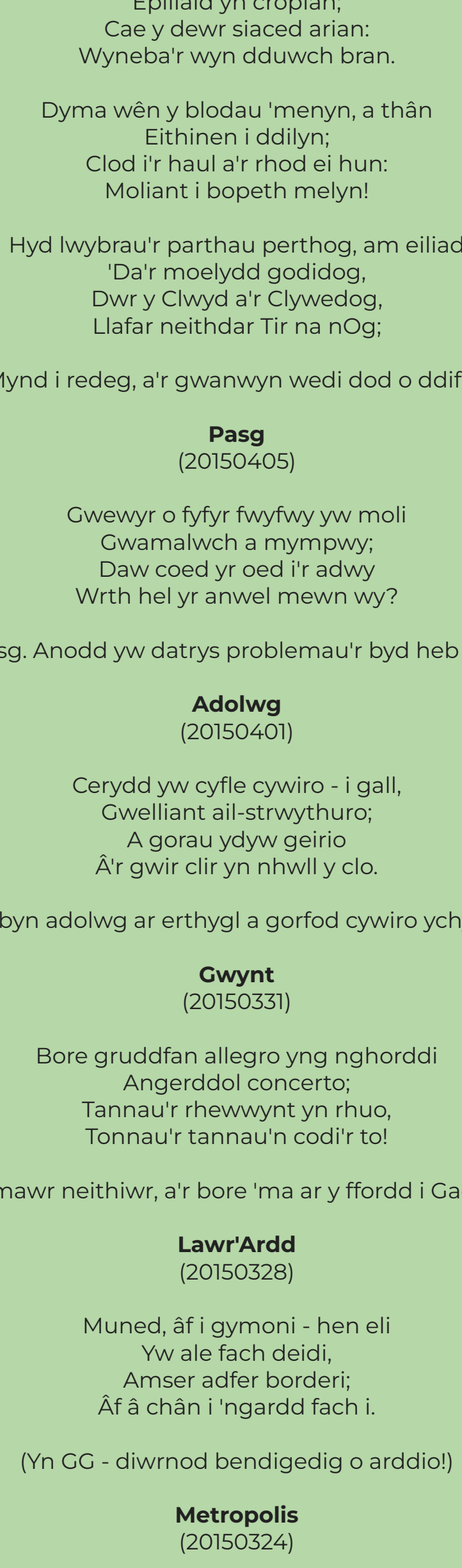
(Canu emyn Ben Davies (Pantteg, Ystalyfera) ar y dôn Blodwen gan Wiliam Jones o Chicago yn y Gymanfa yn Niagara, a Chymry Canada yn eu hwyliau.)

**Protheroe**  
(20150502)

Anfawrol gof clodfori - a doniau  
Daniel i'w goroni;  
Atgof ffel yw'r mel i mi  
Fel eco'r hen Filwoci.

(Tôn Milwaukee gan Daniel Protheroe o Gwm Giedd yng Nghwm Tawe yn uchafbwynt y Gymanfa Ganu yng Nghnada.)

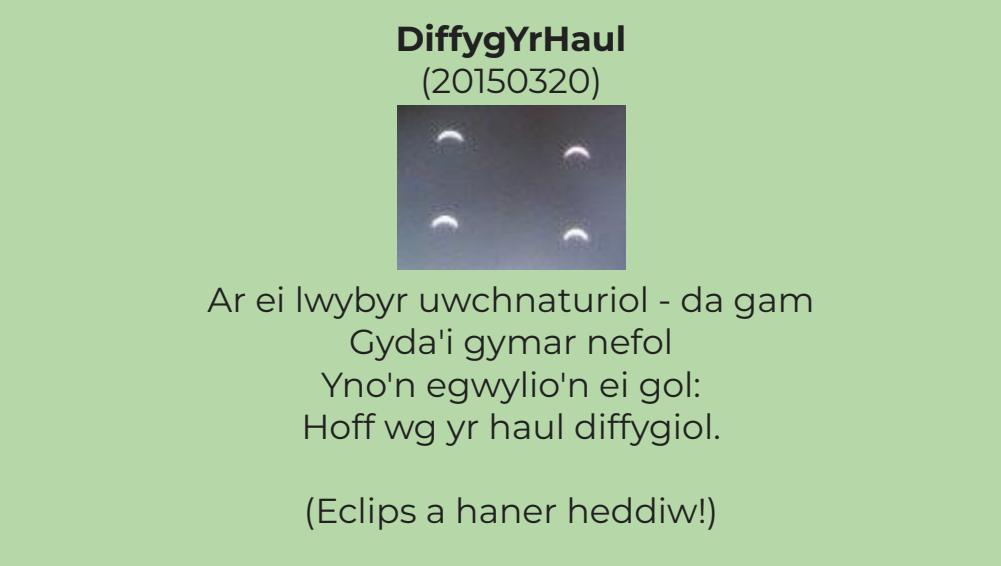
**Niagra**  
(20150428)



Awen lân a thali-ho  
Ar antur o Doronto;  
I hafn hwy! - a chawn fwynhau  
O edrych i'r rhaeadrau.  
Gwynt main, wylofain o lif  
Yn nwr adar aneirif;  
Rhaid ar fap a chap a chôt  
Os am awr o wres Marriott!  
Bywyd Relf yn bader rwydd  
Yn gân i ddagrau'r gwinwydd.  
Lleisiau arian a phiano;  
Gwydriad hwyr i godi'r to.  
A chyffur o deulu'r De -  
Â'n doeau'n ddrych ar Dawe.  
Dwyfol hun neu'r diflino  
Rhai ar siwrnai i Gaer Siôr;  
Heb lais, ond cryd o bleser  
Eto'i swyno â Chân Sêr.  
Dathlu undod cyfnod cu  
Â gwin Cymanfa Ganu;  
Anghyffredin fin ar fawl  
I gyraedd nefoedd gorawl.

(Atgofion Niagara)

**ArWasgar**  
(20150422)



Cyfarchion o galon Gwalia - Noson  
Lawen, nawsg cymanfa;  
Persain deugain Canada  
Unigryw yn Niagara!

(Côr Rhuthun ar daith!)

**TwmAFI**  
(20150418)

Iau dedwydd ddau, doed a ddêl - un yw'n maes,  
Argae symiau dirgel,  
Sgwrsio, beicio, cicïo'r bel;  
Genynau'n hogi'n hanel.

(Gweld eisiau T wedi iddo ddychwelid i'r coleg.)

**Dychweliad**  
(20150418)

Dan awen Seland Newydd - hyd huan  
Dros Fôr Tawel llonydd;  
Hir oriau'r Môr lwerydd  
Hud y daith yn adio dydd!  
Ing gadael Raratonga - a gafael  
Atgofion Awstralia;  
Am orig hyll 'Merica  
Cadi, mi weli Wailia!

(K yn dychwelid o Seland Newydd, Gellid ar:  
Orig hyll America/Gwynfe 'di gweld Gwalia  
os fernid fod y linell ola'n broest.)

**Anwyd**  
(20150413)

Cardotyn nodyn di nwyd a fudwyd  
Gan fwydod. Difwydd  
Wron a'i foddion yn fwyd:  
Di nwyf dyn dan fawd anwyd!

(Anwyd!)

**YWawr**  
(20150411)

Ynof hiraeth am 'fory o afael  
Hen ofid; tan hyny  
Anwylaf faich fy rheulu -  
Hyfryd waith ar fore du.

**YPasg**  
(20150406)

Diwall yw lliwiau'r briallu - gwenant  
Y gwanwyn o bobtu;  
Rhanu llen gwên ei ganu  
Yw 'sbardun aderyn du.

Rhodï'r maes 'da'r adar mân i weled  
Epiiliaid yn cropan;  
Cae y dewr siaced arian:  
Wyneba'r wyn dduwch bran.

Dyma wên y blodau 'menyn, a thân  
Eithinen i ddilyn;  
Clod i'r haul a'r rhod ei hun:  
Moliant i bopeth melyn!

Hyd lwybrau'r parthau perthog, am eiliad  
'Da'r moeldd godidog,  
Dwyr y Clwyd a'r Clywedog,  
Llafar neithdar Tir na nOg;

(Mynd i redeg, a'r gwanwyn wedi dod o ddirif.)

**Pasg**  
(20150405)

Gwewyr o fyfyr fwyfwy yw moli  
Gwamalwch a mympwy;  
Daw coed yr oed i'r adwy  
Wrth hel yr anwel mewn wy?

(Lliwio wyau Pasg. Anodd yw datrys problemau'r byd heb obaith ei ddeall.)

**Adolwg**  
(20150401)

Cerydd yw cyfle cywiro - i gall,  
Gwelliant ail-strwythuro;  
Â gorau ydyw geirio  
Â'r gwir clir yn nhwll y clo.

(Derbyn adolwg ar erthygl a gorfod cywiro ychydig!)

**Gwynt**  
(20150331)

Bore gruddfan allegro yng nghorddi  
Angerddol concerto;  
Tannau'r rhewwynt yn rho,uo,  
Tonnau'r tanna'u codi'r to!

(Gwynt mawr neithiwr, a'r bore 'ma ar y ffordd i Gaerhifryn.)

**Lawr'Ardd**  
(20150328)

Muned, âf i gymoni - hen eli  
Yw ale fach deidi,  
Amser adfer borderi;  
Âf â chân i 'ngardd fach i.

(Yn GG - diwrnod bendigedig o arddio!)

**Metropolis**  
(20150324)

Wele ffawd tref ffair traffig - dyfodol  
Hunanol wenwynig;  
Hwn yw gorthrwm degwm dig  
Ym mhau allorau'r lloerig.  
  
(Yn Houston. Anghygoel o fywyd.)

**Byw**  
(20150323)

O fodïo'r dirifedi, ai rhyfedd  
Ein crefu am gwmni?  
Yng nghariad rhaid angori  
Nodyn hap ein heiliad ni.

(Yn Houston - byd mor wahanol i Gymru - ond mor debyg. Amrantiad yn hanes y bydysawd. "Eiliad hap realiti" oedd y diweddglö gwreiddiol, ond RLI ddim yn hapus!)

**DadelfeniadBeta**  
(20150321)

Glywi glec trawiad electron? Y glec  
Sy'n datgloi dirgelion?  
Sbec ar ffiseg newydd sbon  
Yw canu hy tranc niwtron!

(Trafod ffiseg ronyndol broda T. Y "grym gwan" sy'n gyfrifol am dadelfeniad beta - niwtron yn trawsnewid i gytton yn y cnewyllyn gan greu gronyn W+ sy'n dadelfenu bellach yn electron a gwrth-niwtrino-electron.)

**DiffygYrHaul**  
(20150320)



Ar ei lwybyr uwchnaturiol - da gam  
Cyda'i gymar nefol  
Yno'n egwylio'n ei gol:  
Hoff wg yr haul diffygiol.

(Eclips a haner heddiw!)

**ArHwylio'rHaul**  
(20150317)

Llyr eiliad o dwyllo'r heulwen - clasur  
O eclips. Ein seren  
A lorið gan hen loeren;  
Eiliad â'r lleud yn llen.

(Meddwl am yr eclips ddydd Gwener, ac ofergoeledd!)

**π**  
(20150314)

Englyn o gyfrinach onglau - penu  
Pi'n simbol cwmmodau;  
Amal hem mewn fforniwláu  
Oll hud mewn hafaliadau.

(Dathlu'r athro mathemateg William Jones o Fôn yn bathu defnydd y llythyren Roegaidd π i ddynodi cymhareb perimedr cylch i'w ddiamedr am y tro cyntaf!)

**Sêr**  
(20150314)

Rhifo tlysau'r tânau tyner - bodïo  
Bydoedd yn y peller;  
Gwirioni'n arsylwi'r sêr  
A'u swyn wrth fynd nos Wener.

(Sêr y nos yn fendigedig wrth rhedeg neithiwr!)

**Penderyn**  
(20150310)

Anwes hanes dan y sêr - daw hiraeth  
Am d'eiriau, fy ngh'nither,  
A hafn dy gwmi, gefnder.  
Wynebau hoff, noson bêr.

Muned, awr ym Mhenderyn - un eiliad  
Gynhaliol a berthyn  
I olau fflam fy nheulu'n  
Cynhesu a gwenu'n gun.

(Cwrdd am bryd 'da chriw'r Rhondda - R, A ac A a'i gwragedd/gwyr - ym Mhenderyn, ar noson serenog fendigedig i deithio o Gwm Tawe.)

**Mozarella**  
(20140307)

Deillion yw'r noson - a'r nawsg yn donnau  
O dân stwmog lletraws;  
Drygyn yn celu'n y caws  
A boena'n Jana hynaws!

(J'n bwyta caws na chytuna â hi ac yn diodde'r canlyniadau! Ysbyty Treforus, gwrthfeioteg a phopeth, a'r GIG/NHS yn "wych" ar ddydd Sadwrn!)

**FfioeddDysgu**  
(20150306)

Dwg amryw o'n cyd-Gymry da gyllid  
I'w gwella drwy ffynu  
Ar bleser Lloeger, â ll'u'r  
Wyn teilwng adre'n talu!

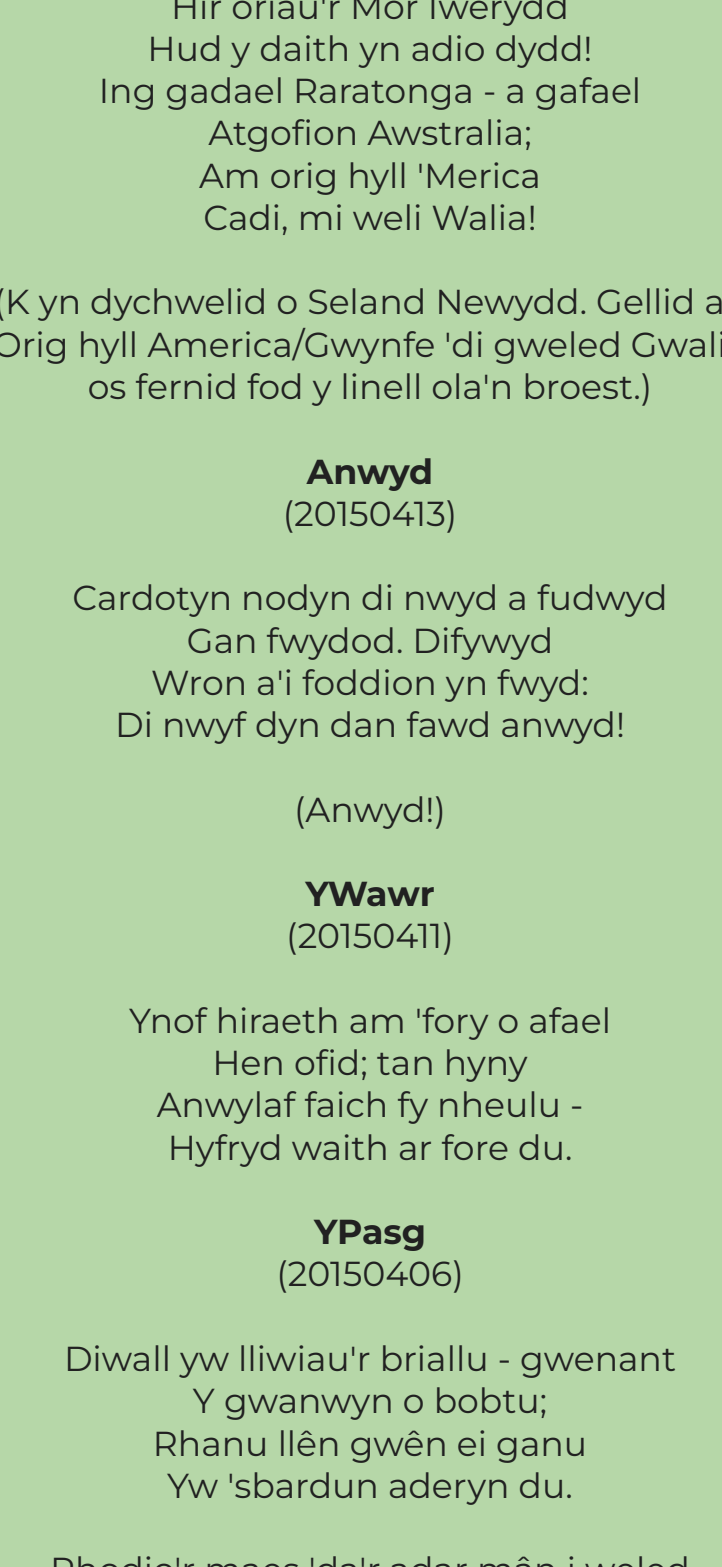
(Trafod cyllid myfyrywyr 'da RLIAO.)

**Minkowski**  
(20150303)

Awr o hedd, cofio'r wyddor una dawn  
Dau indecs yn drysor  
Ffiseg slic, â thric a thro;  
Rhaid dawnsio am fri tensors!

(Yng Nghaerhifryn. T yn gofyn cwestiwn am densorau, ac yn gorfod cofio ac ail-ddysgu!)

**Raratonga**  
(20150302)



Hyfryd dianc dros For Tawel - cuddia  
Ynys Cooke yn anwel;  
O gyraedd pen draw'r gorwel  
Rhaid mwynhau'r llecyrau cêl.

(K yn Raratonga, yn mentro i rai o'r ynysoedd cyfagos.)

**Bonhoffer**  
(20150226)

Hel yr Oen â meddwl rhydd yw neges  
Cristnogaeth di-grefydd;  
Nid cyfrol ffurfiol yw ffydd  
Ond awen lawen lwydd.

(Darllen am "Gristnogaeth di-grefydd" Dietrich Bonhoffer.)

**GwynethYn90**  
(20150223)

O'i hentyrch ym Mhont Uchel  
I Ruthun, ond gwyn y gwêl;  
Cydia'r grâs o'r coed a'r grug -  
Daw hon â moddion meddwy.  
Doethur, awdur, ysgolhaig  
I benrhaith, anibynwraig  
Gipiodd freinda! medal "Mwg" -  
Yn dilyn dwys adolwg!

Lodes yn meddwl ydyw,  
Ebe hon fod "Eisiau Byw" -  
A bywyd dryw i dras  
Nefolaidd Bentrefoelas.

Goleuni Tansania,  
Melys waw! Malaysia,  
Dymunwn liwio pob peth  
Â gwên ar benblwydd Gwyneth;  
Ag arfer, rho'wn o'n gwirfodd  
Gwmpelni awr weddi'n rhodd.  
Oenig, ymhlith yr henoedd,  
Adeg aur ei nawdeg oed!

(GC yn nawdeg oed.)

**Penwythnos**  
(20150214)

O'r ymdrechion daw llonder a rhyddid  
Awr heddwch cyn swper;  
Trem ar Gaersalem o sêr  
A'u swyn, fy mraint nos Wener.

Ffans y morthwyl a phinswrn a gordd  
Cael garddio 'da't siswrn;  
Rheini'n creu miri o'r mwrn  
Arswydus fore Sadwrn!

Crafangau cry' efengyl - her tartan  
Yr Alban a'i helbul,  
Cura cer'ed y cweryl,  
Bachog i'r selog yw'r Sul.

(Mynd i redeg neithiwr ar ol wythnos o waith - a'r sêr yn fendigedig. Meddwl am arddio ddydd Sadwrn. Capel, rygbi a cherdded dydd Sul!)

**"Dylsem"**  
(20150213)

Clywn o wendid rhyddid rhywydd  
Odlau atsain dyletswydd.  
Deigr yn o garedigrwydd yw cymod  
Fel cam drwy dwll nodwydd.

(Darllen llyfr gan John Bowker am foesau, cymdeithas a dyletswydd.)

**Rhaid**  
(20150211)



Rhaid mai nod ein bod yw byw'n annwyl o'r  
Ddynoliaeth unigryw;  
A rhaid ein myfyr ydyw  
Mai cyfoeth i'r doeth yw Duw.

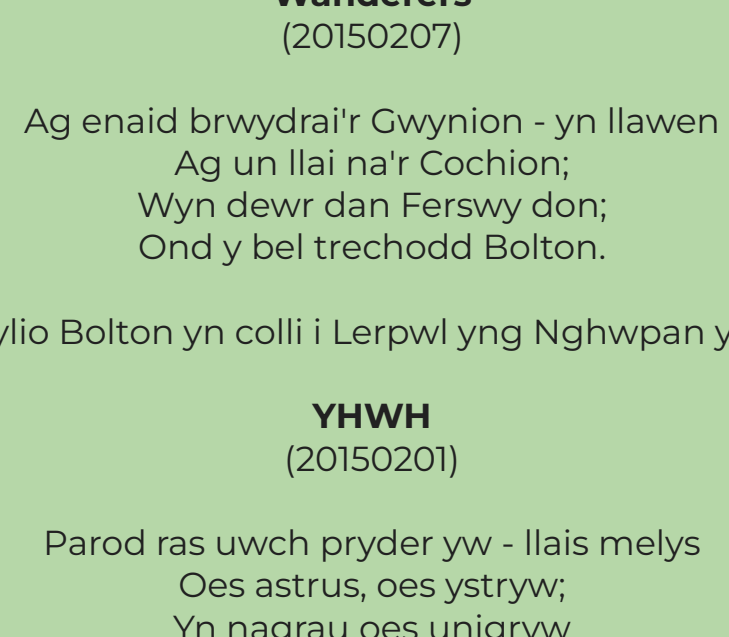
(Darllen adolygiad o waith Smolin ac Unger yn sôn am anhygoledd bod.)

**WBA**  
(20150210)

Hyd eithaf y byd aethom - dydd o hoe'n  
Y Wlad Ddu y cawsom;  
Âr ddawn a'r angerdd ynom  
Sut brawf fydd chwarae West Brom?

(Meddwl am y Swans wedi teithio i ganolbarth Lloegr i chwarae West Brom heno.)

**Gŵyr**  
(20150209)



Min y don yn bodloni, â'r awen  
A'r rhehwynt yn gwmni;  
Allan dros lwyfan, dros li'  
I wres haul pen Rhosili.

(Mynd i gerdded gyda J a K pob cam i ben "Worm's Head" dydd Gwener - am y tro cyntaf erioed - bendigedig!)

**Wanderers**  
(20150207)

Ag enaid brwydrai'r Gwynion - yn llawen  
Ag un llai na'r Cochion;  
Wyn dewr dan Ferswy don;  
Ond y bel trechodd Bolton.

(Gwylïo Bolton yn colli i Lerpwl yng Nghwpan yr FA.)

**YHWH**  
(20150201)

Parod ras uwch pryder yw - llais melyn  
Oes astrus, oes ystryw;  
Yn nagrau oes unigryw  
Llawenha, cans da yw Duw.

(Tudur Rowlands yn sôn am Rowan Williams yn dweud fod na ffordd "uwch pryder" yn y capel y bore 'ma.)

**Llacs**  
(20150130)

Ar ochr cae y rhecha'r cag!; rhedwr cloi'n  
Ceisio troi'n y triagl  
Am oriau'n erfyn miragl:  
Boi o boi mae angen bag!l

(Llacs a mwd wrth rhedeg, a trafod y gair "bagl" gyda Huw W.)

**Dawnsio!**  
(20150123)

Ar garlam byw y mamba - golwg gwell  
Ar ambell i rwmba;  
Camau'n gwyr, dwylo da,  
Melyn wols, ac aml salsa!

(Mynd gyda J am wers!)

**Ryota**  
(20150119-21)

Ôl agwedd hardd ar Lugwy Ddin - ym Môn  
Meini anghyffredin;  
Antur ffel tu hwnt i'r ffin  
Er hudo gwyr Caeredin.

Eto i aros meitin - awn i ffald  
Ty Fylde a'i gynefin;  
Nef o arlwy gwyn forlin  
Orig o ras Conder Green.

(Ryota'n ymweld o Tokyo, mynd â fe i Gaeredin - oedd gen i ddarlith am donnau yno - ac i Fôn. Wedyn ymweld â Chaerhirfryn. "Fylde" yw'r coleg sy'n gartref i'r adran fathemateg. Yn Conder Green mae gwesty'r Stork.)

**Gwelliant?**  
(20150115)

Ymgais i symund maen tramgwydd yn risg  
Âr ysgol yn aflwydd;  
Ai nod athro dwyieithrwydd?  
Pa fantais yw Sais mewn swydd?

(Trafod sefyllfa'r ysgol.)

**Nefoedd**  
(20150111)

Ynys lle erys pob oriawr - yno'n  
Egwylïo ag alaw  
Rhinwedd diddiwedd ddwyawr  
Allan ger Llyn y Fan Fawr.

(Mynd â T nol i Abertawe a cherdded i Lyn y Fan Fawr ar y ffordd adre - bendigedig!)

**YTad**  
(20150111)

Fel El, Ya-we ac Al-la da yw'n duw  
Un a dawn addasiad;  
Yn ei enw mae'n huniad;  
Heb ei rhin ni chawn barhad.

**Struensee**  
(20150105)

Enaid drist Brenin Cristian; try ansawdd  
Herr Struensee i'r llwyfan  
Â'i gariad cu i'r truan;  
Ei farc: rhoi Denmarc ar dân!

(Gwylïo ffilm am hanes Denmarc ar ddiwedd yr 1700au.)

**9-5**  
(20150104)

Eto ar gilio'r gwylïau, a sïon  
Meseia'n ei hwyliau,  
Try abwyd y freuddwd frau  
Yn ddychryn o ail-ddechrau.

A bwriad dechreuad taith yw lloni'n  
Lluniaeth a chael effaith,  
Caru gwybod, creu gobaith -  
Hyny rhwng gwely a gwaith.

Yn gaeth i'n gwaith yn gwthio'n problemau  
O'n blaenau a blino,  
Ail seibiant yw'n chwant, â cho'  
Y calan wedi cilïo.

(Mynd i redeg a meddwl am y domen o waith o'm mlaen.)

**Jacs**  
(20150103)

Un lliw yw'n llyw a'n llewyrch - ac alaw  
I'r golïau ein cynnyrch;  
Selogion gwynion ar gyrch  
I'r olaf dros yr Elyrch!

(Meddwl an y Swans yn chwarae yn Tranmere y prynhawn 'ma. Enill 6-2 oedd yr hanes!)

**Cerdded**  
(20150102)

Ufuddhau i'r bryniau bras am eli  
Y moelydd a'u hurddas;  
Awel oer ac awyr las  
Un bore'm mhlwyf Penbaras.

(Meddwl am rywle i fynd i gerdded heddi!)

**BoreCalan**  
(20150101)

Er colled diwedd gwledda, hen eiriau  
Sy'n iro'r enynfa  
'N hedd amynedd fel mana  
I ddyn; Blwyddyn Newydd Dda!