TASG: SACHAU CERRIG

IAWN MET? WYT TI'N BAROD I DDECHRAU CHWERTHIN ETO? I EDRYCH AR HEN LUNIAU A FIDEOS UNWAITH ETO, AC I DDOD A GWÊN NÔL I'R TŶ?

'WI MOYN SIARAD AMDANI GYDA CHI ACHOS NA SHWT BYDD HI'N AROS GYDA NI'

DYMA BETH MAE JAC YN DWEUD YN Y RHAGLEN. MAE'N WIR ONDYW E? MAE E MOR BWYSIG I SIARAD AM Y PERSON SYDD WEDI'N GADAEL NI ER MWYN EU CADW NHW'N FYW YN EIN COF NI.

AR ÔL COLLI RHYWUN OEDD YN BWYSIG IAWN I CHI, MAE'N ANODD WEITHIAU RHOI TREFN AR Y MEDDYLIAU A'R CWESTIYNAU SYDD YN DY BEN, AC MAE'R RHAIN YN GALLU PWYSO ARNAT TI'N DRWM FEL SACH O GERRIG.

OND BETH AM DDEFNYDDIO'R SACH O GERRIG YMA I DY HELPU DI LEIHAU'R BAICH SYDD AR DY YSGWYDDAU DI? GELLI DI DDEFNYDDIO SACH O GERRIG GO IAWN NEU RHAI WEDI EU HARGRAFFU.

AR DDECHRAU'R DASG BYDD Y SACH YN DRWM O'R HOLL OFIDIAU A'R HOLL GWESTIYNAU HEB EU HATEB.

TYNNA GARREG O'R SACH A DARLLENA BETH SYDD ARNI:

PAN 'DWI'N MYND I GYSGU, 'DWI'N MEDDWL AM...
FY HOFF BETH AMDANO NEU AMDANI OEDD...
FY HOFF ATGOF GYDA FE NEU HI YW...
PE BAWN I'N GALLU GWELD NHW ETO BYDDEN I'N...
SUT GWNAETH E NEU HI FARW?
'ALLA I DDIM SIARAD AMDANO FE NEU HI ACHOS...
ROEDD E NEU HI MOR ARBENNIG ACHOS...
RWY'N GALLU SIARAD GYDA...
HOFFWN I DDATHLU EI FYWYD NEU EI BYWYD TRWY...
ADEG GWAETHAF Y FLWYDDYN YW...
PAN 'DWI'N TEIMLO'N DRIST, 'DWI'N...
MAE SIARAD GYDA RHYWUN YN BWYSIG ACHOS...
MAE FY YMDDYGIAD A THEIMLADAU YN CAEL EFFAITH AR...

YDY'R PWYSAU YN YSGAFNHAU WRTH I'R CERRIG GAEL EU TYNNU O'R SACH? Y GOBAITH YW BYDD DY FEDDYLIAU DI YN YR UN FFORDD YN TEIMLO'N YSGAFNACH, AC Y BYDDI DI'N GALLU MEDDWL AM Y RHAI SYDD WEDI'N GADAEL NI GYDA GWÊN AC I GOFIO'R HOLL AMSEROEDD DA FU RHYNGOCH CHI.