

## Craidd - Sbardun 1 – Dewch â'ch clustog!

Fyddi di'n swingio clustog neu obennydd ar ddydd Sadwrn, Ebrill 6, 2013?

Bydd miloedd o bobl ar draws y byd yn mynd i le cyhoeddus, fel parc neu iard fawr, a byddan nhw'n cael llawer o hwyl yn swingio clustog neu obennydd. Rhyfedd!

### **Pam bydd miloedd o bobl yn mynd â chlustog neu obennydd i le cyhoeddus?**

Dydd Sadwrn Ebrill 6, 2013 ydy'r *International Pillow Fight Day*. Bydd miloedd o bobl yn 'ymladd' â chlustogau!

### **Faint ydy oed y bobl yma?**

Gall unrhyw un o unrhyw oed gymryd rhan – plant, pobl ifanc neu oedolion.

### **Oes angen clustog neu obennydd arbennig?**

Nac oes, ond mae'n well defnyddio un meddal.

### **Sut mae ymladd â chlustog?**

Mae'n syml. Rhaid dal clustog a'i swingio'n ysgafn er mwyn trio taro rhywun arall.

### **Swingio'n ysgafn?**

Bydd miloedd o bobl yn swingio clustog yr un pryd, felly rhaid peidio â bod yn rhy wyllt. Hefyd, rhaid peidio â brifo unrhyw un.

### **Ydych chi'n cael taro unrhyw un?**

Nac ydych. Dydych chi ddim yn cael taro unrhyw un sydd heb obennydd.

### **Oes angen gwisgo dillad arbennig?**

Nac oes, ond mae'n well tynnu sbectol i ffwrdd cyn dechrau – rhag ofn.

### **Beth fydd yn digwydd ar y diwrnod?**

Bydd pobl yn dod i ran arbennig o'r ddinas erbyn rhyw amser arbennig. Yna, byddan nhw'n aros am yr arwydd i ddechrau.

### **Beth ydy'r arwydd?**

Cloch neu chwiban uchel.

### **Beth wedyn?**

Bydd pawb yn dechrau taro'i gilydd â chlustog.

### **Pa mor hir bydd hyn yn para?**

Mae hyn yn gallu para am hanner awr neu am ddwy awr – mae'n dibynnu ar y bobl. Y peth gorau ydy aros nes bod pawb wedi blino a stopio'r digwyddiad bryd hynny.

### **Beth wedyn?**

Bydd disgwyl i bawb helpu i glirio'r holl blu ac unrhyw lanast arall, er mwyn gadael y lle mor lân ag yr oedd cyn dechrau.

### **Faint mae'n gostio?**

Dim byd. Mae'n rhad ac am ddim.

## Craidd - Sbardun 2 – Dynion bach gwyrdd?

Dyma gerdyn post oddi wrth Iwan, sydd ar ei wyliau yn Nevada, Gogledd America.

Dydd Sadwrn	
Annwyl bawb,	
Helo o America. Dw i'n cael hwyl yn chwilio am aliwms! Dw i yn Nevada a dw i'n teithio ar hyd ffordd o'r enw Highway 375, sy'n 98 milltir o hyd. Maen nhw'n dweud mai dyma'r lle gorau yn America i weld llongau gofod ac aliwms – mae rhai pobl yn galw'r ffordd yn Extraterrestrial Highway!	Dosbarth 8G
Bydda i'n mynd i dref fach o'r enw Rachel yfory. Mae Rachel ger Highway 375 a dim ond tua 100 o bobl sy'n byw yno . Maen nhw'n croesawu ymwelwyr (o bob math). Dw i'n edrych ymlaen at siarad â rhai o'r bobl eraill sy'n ymweld â'r dref achos dw i eisiau gofyn iddyn nhw am eu profiadau nhw. Yn ôl y sôn, does neb o Rachel wedi gweld llong ofod nac aliwms erioed!	Ysgol Glan y Môr
Dydw i ddim wedi gweld neb dieithr eto ond dw i'n dal i obeithio. <u>Os</u> bydda i'n dod adre, fe wna i ddod â lluniau i ddangos i chi.	Aberaeron
Pob hwyl! Iwan	Ceredigion
O.N. Peidiwch â phoeni amdana i.	SA67 7WI



## Craidd - Sbardun 3 – Tywydd rhyfedd

Noswaith dda ... a dyma'r bwletin tywydd.

Mae heddiw wedi bod yn ddiwrnod rhyfedd iawn o ran y tywydd. Mae hi wedi bod yn bwrw fferins – neu losin – yn y gogledd. Mae hi wedi bod yn bwrw nadroedd yn y de. Yn y gorllewin, mae hi wedi bod yn bwrw adar ac yn y dwyrain mae hi wedi bod yn bwrw pysgod.

Nid hynny'n unig, ond yn y gogledd-orllewin cafwyd cawod drom iawn o eira. Nid eira cyffredin, ond roedd y plu eira'n enfawr. Roedd un yn mesur 38 centimetr, neu 15 modfedd, ar draws, sef maint padell ffriö. Ar ochr arall y wlad, yn y de-ddwyrain, cafwyd storm o genllysg neu gesair. Nid cenllysg cyffredin, cenllysg maint peli ping pong. Maen nhw wedi gwneud difrod i lawer o adeiladau yn yr ardal.

Nid yng Nghymru'n unig y cafwyd y tywydd rhyfedd yma. Yn Ne California, syrthiodd siarc allan o'r awyr. Ie, siarc! Dim ond un siarc oedd, diolch byth. Beth sy'n digwydd i'n tywydd, dywedwch?

A beth am y tywydd yfory? Wel ...

## Estynnol - Sbardun 1 – Swydd ryfeddd

### Fferm Grocodeilod Rakwena, De Affrica

Rydyn ni'n chwilio am bobl i'n helpu ni i

#### DDAL CROCODEILOD

Mae 15,000 o grocodeilod wedi dianc o'n fferm grocodeilod ac rydyn ni'n ceisio eu dal cyn gynted â phosib. Yr heddlu sy'n arwain y gwaith, ond maen nhw'n awyddus i gael help gan unrhyw un sy'n gallu helpu.

Bydd y rhan fwyaf o'r gwaith yn digwydd yn y nos. Mae'n haws dod o hyd i grocodeilod yn y nos nag yn y dydd oherwydd pan fyddwch chi'n anelu golau tortsh atyn nhw, mae eu llygaid yn ymddangos yn goch. Un ffordd o'u dal nhw yw neidio arnyn nhw ond efallai eich bod chi'n gwybod am ffordd well!

Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â: [crocodiles.net](http://crocodiles.net)

#### Yr hanes

- Ym mis Ionawr 2013, dihangodd tua 1,500 o fferm crocodeilod yn Ne Affrica.
- Sut? Mae'r fferm yn agos i afon Limpopo. Roedd llif yn yr afon. Agorodd y penaethiaid y giatiaiu i'r caetsys er mwyn gadael y dŵr allan, a daeth y crocodeilod allan hefyd!

#### Y crocodeilod

- Crocodeilod y Nil oedd y rhain – y crocodeilod mwyaf yn Affrica. Maen nhw'n gallu tyfu i 5.5 metr.
- Mae'r crocodeilod hyn yn bwyta anifeiliaid fel ceirw, sebras, giraffod yn ogystal ag anifeiliaid llai fel ieir, geifr, defaid a gwartheg. Maen nhw'n ymosod ar bobl hefyd.
- Maen nhw'n beryglus iawn. Fel arfer, maen nhw'n dal anifail ac yna maen nhw'n ei lusgo o dan y dŵr er mwyn ei ladd - cyn ei fwyta.

## Estynnol - Sbardun 2 – Dynion bach gwyrdd?

Dynion bach gwyrdd ... goleuadau rhyfedd ... llongau gofod ... UFOs ... Ydych chi'n credu ynddyn nhw? Mae llawer iawn o bobl yn credu ynddyn nhw achos maen nhw'n dweud eu bod nhw wedi'u gweld nhw.

### Creaduriaid bach rhyfedd o'r gofod

Yn ôl y sôn, y tro cyntaf i bobl weld creadur 'rhyfedd' o'r gofod oedd ym 1864. Roedd erthygl mewn papur newydd yn Ffrainc y flwyddyn honno yn sôn am ddau Americanwr yn darganfod creadur tua 1 metr o daldra a oedd wedi marw. Roedd e'n edrych fel mymi. Doedd dim blew na gwallt ar ei gorff ond roedd trwyn byr fel trwnc eliffant ar ei dalcen. Nid Dydd Ffŵl Ebrill oedd hi!

Yna, ym 1898, ysgrifennodd yr awdur H.G. Wells nofel o'r enw *The War of the Worlds*, sy'n sôn am 'ddynion' o blaned Mawrth yn dod i'r ddaear. Mae'r syniad o greaduriaid yn dod i'r ddaear wedi bod yn boblogaidd byth ers hynny.

### Llongau gofod

Mae llawer o bobl yn dweud eu bod nhw wedi gweld llongau gofod a goleuadau llachar yn yr awyr. Yr enw cyffredin arnyn nhw yw *Unidentified Flying Object*, neu UFO, neu soser hedegog – *flying saucer*. Ym 1947, gwelodd peilot awyren naw o bethau rhyfedd yn hedfan yn yr awyr ar gyflymder o tua 1,000 o filltiroedd yr awr. Disgrifiodd e nhw fel soseri yn sgimio ar draws wyneb dŵr, felly daeth yr enw 'soser hedegog' yn boblogaidd wrth sôn am y pethau rhyfedd hyn.

Ond roedd pobl wedi gweld soseri yn yr awyr ymhell cyn 1947. Ym 1878, gwelodd ffermwr o Texas falŵn yn yr awyr oedd yn edrych fel soser. Dyna'r tro cyntaf i rywun sôn am siâp soser. Mae pobl wedi bod yn gweld pethau yn yr awyr byth ers hynny.

### Ble i chwilio

Hoffech chi gyfarfod â rhywun o'r gofod? Beth am fynd i chwilio? Mae digon o leoedd ar draws y byd lle mae'n bosib gweld rhywbeth anghyffredin – Canada, Gogledd America, Chile, Brazil, Awstralia, Rwsia, Ffrainc, Yr Eidal, Sbaen, Gwlad Belg a Phrydain. Ie, Prydain. Mae adroddiadau'n sôn am longau gofod yn hedfan dros Lerpwl a Llundain, er enghraifft.

Mae UFOs wedi bod yn hedfan dros Gymru hefyd – yn ôl y sôn. Mae pobl wedi'u gweld nhw dros gyfnod o 40 mlynedd. Cafodd dros 20 eu gweld rhwng 1996 a 2000 yn ôl y Weinyddiaeth Amddiffyn – ym Mro Gŵyr, Sir y Fflint, Ynys Môn a Sir Ddinbych, er enghraifft, a gwelodd pobl bethau rhyfedd yn yr awyr yn Sir Benfro a Cheredigion yn ystod y 1970au. Mae un dyn o Sir Ddinbych yn dweud iddo gael ei gipio gan aliwns un noson pan oedd yn dod adre o'i waith. Mae'n gallu cofio cerdded ar hyd y ffordd a chlywed sŵn yn yr awyr ond dydy e ddim yn gallu cofio unrhyw beth arall nes iddo dihuno y bore wedyn yn ei gartref. Roedd e'n gallu teimlo rhywbeth rhyfedd yn ei drwyn ac roedd e'n meddwl bod *transmitter* wedi cael ei roi yno. Rhyfedd!

Felly, mae'n bosib y gwelwch chi rywbeth rhyfedd rywbyrd! Byddai'n well i chi feddwl ymlaen llaw beth i'w ddweud – rhag ofn!

## Estynnol - Sbardun 3 – Chwedl Taliesin

Mae llawer o chwedlau Cymru'n rhyfedd iawn. Dyma un ohonyn nhw – chwedl Taliesin.

\*\*\*

Roedd Ceridwen y wrach yn byw gyda'i gŵr, Tegid Foel, ger Y Bala (mae Llyn Tegid wedi cael ei enwi ar ei ôl) ac roedd ganddyn nhw ddau blentyn. Eu merch, Creirfyw, oedd y ferch harddaf yn y byd, ond eu mab, Morfran, oedd y bachgen hyllaf yn y byd.

Roedd Ceridwen yn poeni tipyn am ei mab, Morfran, felly aeth ati i wneud diod arbennig iddo er mwyn ei wneud yn fardd. Bu'n berwi perlysiâu mewn crochan hud am flwyddyn a diwrnod ac ar ddiwedd y cyfnod hwnnw, roedd Morfran i fod i yfed y tri diferyn olaf. Roedd ei gwas, Gwion Bach, yn ei helpu gyda'r ddioid. Yn anffodus, un diwrnod, pan oedd e'n helpu i droi'r ddioid, llyncodd ddiferyn ohoni a chafodd e'r ddawn i fod yn fardd.

Aeth Ceridwen yn wyllt gacwn a rhedodd ar ôl Gwion Bach. Gan fod y ddioid yn ddioid ryfeddol, trodd Gwion Bach yn ysgyfarnog er mwyn rhedeg yn gyflym iawn - roedd y ddioid ryfeddol wedi rhoi gallu arbennig iddo. Y funud nesaf, dyma Ceridwen, y wrach, yn ei throi ei hun yn filgi cyflym a dyma hi'n rhedeg nerth ei thraed ar ei ôl.

Roedd Ceridwen ar fin dal Gwion pan gyrhaeddodd afon. Felly, dyma Gwion yn troi'n bysgodyn a neidiodd i mewn i'r dŵr. Trodd hithau'n ddyfrgi i'w hela yn yr afon ac er i Gwion nofio'n gynt ac yn gynt ar hyd yr afon, roedd Ceridwen yn agosáu ato.

Yn sydyn, neidiodd Gwion allan o'r afon a throdd yn aderyn, gan hedfan i fyny'n uchel i'r awyr, ond fe drodd Ceridwen ei hun yn hebog, gan hedfan ar ei ôl fel mellten. Llwyddodd Gwion i hedfan oddi wrthi ond roedd yr hebog yn aderyn llawer cynt ac roedd Ceridwen wrth ei gynffon yn fuan iawn.

Yna, cafodd Gwion syniad: beth am droi'n hedyn o yd? Felly, trodd yn hedyn a disgynnodd i'r ddaear i ganol pentwr o yd. Roedd yn ddiogel, meddyliodd. Fyddai Ceridwen byth yn gallu dod o hyd iddo mewn pentwr o yd! Ond na – roedd Ceridwen yn agos unwaith eto. Roedd hi wedi'i throi ei hun yn iâr ac roedd hi'n dechrau bwyta'r yd. Bwytodd hi'r yd i gyd, gan gynnwys Gwion.

Naw mis yn ddiweddarach, cafodd Ceridwen faban, sef Gwion Bach, yr hedyn yd roedd hi wedi'i lyncu. Er ei bod hi'n grac gyda Gwion Bach, doedd hi ddim yn gallu ei ladd - roedd e'n faban mor hardd. Ond roedd Morfran yn grac iawn, felly lapiodd Ceridwen y baban mewn bag o ledr a'i daflu i'r môr yn Abermaw.

Roedd Morfran yn gobeithio y byddai Gwion Bach yn bodd i ond, beth amser yn ddiweddarach, cafodd ei ddarganfod gan Gwyddno Garanhir ger y Borth, rai milltiroedd i'r gogledd o Aberystwyth. Gwyddno Garanhir oedd brenin Cantre'r Gwaelod ac aeth e â Gwion Bach gartre a rhoi'r enw Taliesin arno. Wrth iddo dyfu, roedd pawb yn gweld bod Taliesin yn fachgen galluog iawn a'i fod yn siarad mewn barddoniaeth. Roedd e'n fachgen rhyfeddol.



## Heriol - Sbardun 1 – Ymlaen neu yn ôl

At: [samllan@cofio.net](mailto:samllan@cofio.net)  
Oddi wrth: [lyn44@rhedeg.nol](mailto:lyn44@rhedeg.nol)  
Testun: Retro-redeg

Annwyl Sam,

Diolch i chi am eich e-bost yn gofyn am ychydig o wybodaeth am 'retro-redeg'. Dw i'n gallu deall pam mae rhai o'ch ffrindiau chi'n meddwl bod rhedeg yn ôl yn syniad hurt!

Er bod rhedeg yn ôl yn swnio'n beth rhyfedd ac annaturiol i'w wneud, galla i'ch sicrhau chi ei fod e'n ymarfer da iawn ar gyfer y corff. Mewn gwirionedd, mae pobl China wedi bod yn cerdded ac yn rhedeg yn ôl ers miloedd o flynyddoedd er mwyn cadw'n heini. Yna, datblygodd retro-redeg, sef rhedeg yn ôl, yn America yn ystod yr ugeinfed ganrif ac erbyn heddiw, mae cystadlaethau retro-redeg yn cael eu cynnal ar draws y byd.

Dw i'n siŵr y byddai mwy o bobl yng Nghymru'n dechrau retro-redeg yn gyhoeddus oni bai am yr embaras y byddai'n achosi! Ond pe baen nhw'n ddigon dewr i'w wneud e, byddai'n fwy effeithiol na loncian, er enghraifft, oherwydd mae arbenigwyr yn dweud bod retro-redeg yn llosgi tair gwaith mwy o galoriau na rhedeg yn y dull arferol. Mae arbenigwyr ffitrwydd ac athletau'n dweud bod y math hwn o redeg yn ffordd effeithiol iawn o gadw'r corff yn heini ac yn iach.

Mae'n dda i'ch traed chi hefyd oherwydd fel arfer, pan fyddwch chi'n rhoi eich troed chi ar y ddaear, mae'r sawdl yn cyffwrdd â'r llawr yn gyntaf, ac yna gweddill eich troed - ac mae hyn yn gallu effeithio ar gymalau'r droed yn y pen draw. Ond, gyda retro-redeg, rydych chi'n glanio ar ran gywir y droed ac mae hyn yn helpu gwynnau, neu *ligaments*, ac esgyrn y droed.

Mantais arall ydy hyn: wrth redeg ymlaen, y cyhyrau ar waelod y cefn sy'n cael eu defnyddio fwyaf, ond wrth redeg yn ôl, y cyhyrau ar waelod y bol sy'n gwneud y gwaith i gyd. Mewn gwirionedd, mae llawer o athletwyr sy'n gwella o anafiadau yn retro-redeg yn ystod y broses o wella oherwydd mae'n achosi llai o straen ar y corff na rhedeg ymlaen.

Felly, Sam, peidiwch â phoeni am y syniad o redeg yn ôl! Er nad yw'n ymddangos yn beth naturiol i'w wneud, fe ddaw'n hawdd i chi gydag ychydig o ymarfer. Dechreuwch drwy gerdded yn ôl a cheisiwch gyflymu'n raddol. Efallai y byddai'n werth i chi gymryd ffrind gyda chi – un sy'n rhedeg ymlaen wrth i chi fynd yn ôl – er mwyn i chi fedru gwybod lle rydych chi'n mynd! Rydw i'n edrych ymlaen at weld eich enw ymhlith enillwyr pencampwriaeth Cymru ryw ddiwrnod. Ewch amdani!

Dymuniadau gorau

Lyn Jenkins

## Heriol - Sbardun 2 – Dynion bach gwyrdd?

### Ymwelwyr o blaned arall

Mae aliwns yn bwnc poblogaidd iawn. Gredech chi fod tua dau ddwsin o ffilmiau am aliwns wedi cael eu gwneud yn 2012? Pam y diddordeb? Wel, mae'n brofiad real iawn i rai pobl. Mae rhai pobl yn dweud eu bod nhw wedi gweld aliwns neu long ofod. Dyma un enghraifft a ddigwyddodd yng Nghymru yn ystod y 1970au:

Roedd plant ysgol gynradd Rhos-y-bol yn Ynys Môn yn cael gwerau bêl-rwyd ar y buarth un diwrnod ym 1977. Edrychodd un o'r merched i fyny wrth iddi hi baratoi i sgorio ac, yn sydyn, gwelodd hi rywbeth yn symud ar draws yr awyr.

Yna, gwelodd y plant i gyd y peth rhyfedd yn hedfan. Aethon nhw i mewn i'r ystafell ddosbarth a gofynnodd yr athrawes iddyn nhw dynnu llun beth roedden nhw wedi'i weld – heb ddangos i'w gilydd pa fath o lun roedden nhw'n ei wneud. Yna, cymharodd pawb eu lluniau – roedd pob llun yn edrych yn debyg iawn i'w gilydd. Roedd pawb wedi gweld yr un peth ac roedd pawb wedi tynnu'r un llun.

Beth oedd yn y llun? Llong ofod yn yr awyr. Roedd gwaelod y llong yn fflat ac yn sgleiniog ac roedd y rhan uchaf fel siâp wy.

Roedd y stori yn y wasg a chafodd y digwyddiad lawer o sylw. Gan fod pawb wedi tynnu'r un llun, rhaid bod pawb wedi gweld yr un peth – llong ofod!

### Ymwelwyr o dan y môr

Ond mae'r syniad o aliwns yn ymweld â ni o blaned arall wedi datblygu erbyn heddiw. Mae rhai'n credu bod aliwns yn byw yn y môr.

Mae dŵr yn gorchuddio 70% o'r blaned a does neb wedi archwilio 90% ohono. Tybed oes USOs neu *Unidentified Submerged Objects* o dan y môr?

Mae llawer o bobl wedi'u gweld nhw yn ôl y sôn. Ym mis Hydref, 1977, roedd llong danfor o'r enw Volga yn y môr a daeth 9 gwrthrych siâp disg i'w hamgylchynu. Roedden nhw yno am 18 munud. Yn ystod y cyfnod roedden nhw yno, doedd radio na system gyfathrebu'r llong danfor, na'r offer electronig, ddim yn gweithio'n iawn o gwbl. Gofynnodd capten y llong, Capten Tarantin, i'r criw wylïo'r digwyddiad yn ofalus, tynnu lluniau a chofio'r digwyddiad oherwydd doedd e ddim eisiau i swyddogion yr Undeb Sofietaidd ei gyhuddo o fod yn feddw neu'n wallgof.

Dro arall, pan oedd llong danfor o'r Unol Daleithiau'n dychwelyd i Virginia ar ôl bod yn y Môr Canoldir am chwe mis, gwelodd rhai o'r criw wrthrych mawr, lliw oren llachar, siâp wy yn y dŵr. Newidiodd y llong danfor ei chyfeiriad a'i chyflymder sawl gwaith, ond roedd y gwrthrych oren yn dal yno. Pan oedd y gwrthrych ger y llong danfor, doedd y cwmpawd, y radar na'r offer radio ddim yn gweithio o gwbl. Yna, diflannodd y gwrthrych mor sydyn ag yr oedd e wedi ymddangos, ond roedd criw'r llong danfor wedi bod yn ei wylïo am ryw awr a hanner.



## **Oes rhywbeth yn arbennig am Ynys Môn?**

Mae'n amlwg bod plant ysgol Rhos-y-bol wedi gweld rhywbeth rhyfedd yn yr awyr y diwrnod hwnnw ym 1977. Nid un person yn unig welodd y gwrthrych, ond dosbarth cyfan o blant. Nid yn unig hynny, ond mae rhai pobl wedi gweld golau rhyfedd yn codi allan o'r môr ger Ynys Môn, ac yn disgyn i mewn iddo hefyd. Mae hyn wedi digwydd sawl gwaith oddi ar Ynys Seiriol.

Ym mis Ionawr 1974, gwelodd nifer o bobl wrthrychau mawr yn codi o'r môr ger yr ynys. Mae rhai pobl wedi'u gweld nhw ers hynny hefyd. Felly, oes 'na rhywbeth yn 'byw' yn y môr oddi ar arfordir Ynys Môn? Ydy'r aliwns wedi dod i'r ddaear ac wedi llwyddo i fyw o dan y dŵr?

Tybed?

## Heriol - Sbardun 3 – Merch yn newynu

Darllenwch yr adroddiad papur newydd isod sy'n sôn am ddiwyddiad rhyfedd yn 1869.

### Merch ifanc yn marw – rhieni yn y llys

Bu Sarah Jacob, merch ifanc o ardal Pencader, Sir Gaerfyrddin, farw am 3.00 o'r gloch ar brynhawn dydd Gwener, Rhagfyr 17, 1869. Roedd y ferch ddeuddeg oed yn ferch arbennig iawn, oherwydd, yn ôl y sôn, ni fwytodd ac ni yfodd ddim am ddwy flynedd.

Ddoe, roedd ei rhieni, Evan a Hannah Jacob, o fferm Lletherneuadd Uchaf, Llanfihangel-ar-Arth, yn y llys, ar gyhuddiad o ddynladdiad.

#### Y rhieni

Roedd y llys dan ei sang yn fuan ar ôl iddo agor am 10.00 o'r gloch ac wrth i'r ddau ddiffynnydd sefyll yn y doc. Roedd y fam, Mrs Hannah Jacob, yn gwisgo dillad du ac roedd golwg welw iawn arni. Roedd ei gŵr, Mr Evan Jacob, yn sefyll wrth ei hymyl, gyda golwg bryderus ar ei wyneb. Roedd ei ddillad yn flêr.

#### Y cyhuddiad

Darllenodd Clerc y Llys gyhuddiad o ddynladdiad yn eu herbyn. Yna, mewn lleisiau tawel, atebodd y ddau ddiffynnydd, "Dieuog", i'r cyhuddiad yn eu herbyn.

#### Stori ryfedd

Clywodd y rheithgor fod Sarah fach, a oedd yn un o naw o blant, yn ferch brydferth a hollol iach. Ond yna, adroddwyd stori ryfedd amdani. Dywedwyd wrth y llys ei bod hi wedi bod yn gorwedd yn ei gwely am tua dwy flynedd – rhwng Chwefror 17eg 1867 a Rhagfyr 17eg 1869 – heb fwyta unrhyw fwyd nac yfed unrhyw ddiod.

Roedd yr ardal gyfan yn rhyfeddu at allu'r ferch i fyw heb fwyd a diod ac roedd pobl yn dod o bell ac agos i weld y rhyfeddod. Roedd erthyglau amdani yn y papurau newydd a dechreuodd pobl ddod ag arian ac anrhegion i'r ferch ryfeddol.

Clywodd y llys fod rhai pobl wedi dechrau amau a oedd yn bosibl i ferch ifanc fyw heb fwyta nac yfed. Felly, cytunodd rhieni Sarah, sef y ddau a oedd yn sefyll yn y llys ddoe, y gallai arbenigwyr o Ysbyty Guy yn Llundain ddod i wyllo'r ferch am gyfnod – er mwyn profi nad oedd yn bwyta unrhyw fwyd.

Ar ôl cael ei harchwilio, a'i chael yn hollol, clywodd y llys am y trefniadau i gael pedair nyrs i wyllo Sarah bob awr o'r dydd a'r nos.

#### Gwyllo'n ofalus

Dechreuodd y nyrsys wyllo Sarah am 4.00 o'r gloch ar Ragfyr 9fed, 1869. Ddydd ar ôl dydd, awr ar ôl awr, roedd y nyrsys yn gweld bod y ferch ifanc yn dechrau gwanhau. Nid oedd yn cael unrhyw fwyd na diod. Bu'r meddygon yn siarad â hi ond nid oedd y ferch fach yn cwyno o gwbl.

Dyweddodd y meddygon wrth ei rhieni fod Sarah yn marw o newyn.

Ar fore Gwener, Rhagfyr 17eg, am ddeg o'r gloch, daeth y rhieni, rhai o gyfeillion y teulu a'r nyrsys o gwmpas gwely Sarah. Ni ddywedodd air; roedd hi'n rhy wan i siarad. Rai oriau'n ddiweddarach, am 3.00 o'r gloch y prynhawn, bu farw Sarah Jacob yn dawel yn ei gwely, dros 7 diwrnod ers i'r nyrsys ddechrau ei gwyllo.