



Crio

Mae gen i chwant i flasu
i ddeffro a phrofi
mor hyfryd yw bod.

A dod yn ôl ac yn ôl,
eto ac eto,
i gofio sut beth yw anadlu.

Crio

Mae na draeth i mi'n drothwy
ar gyrion Môn, lle mae mwy
na ffordd hud anfforddiadwy.

Mae her ymysg y cerrig
A gydia'n fendigedig,
A broc yn cydio'n y brig.

Lle tawel, cestyll tywod,
Min y don yn mynd a dod.
Ond 'di neb yn adnabod

Y difrod amhriodol.
A ddaw i ni heddiw'n ôl
Aur ein hanes daearol?

...

Mae gwythien y Fenai
Yn ffoi, yn troi efo'r trai,

A llanw sydd yn llenwi'i
Hymylon hir melyn hi.

Traeth Gwyllt sydd fel trothwy gau
A thaer yw ei strwythurau -

Ysfeydd i foddri'r freuddwyd
I ymdrochi'n y lli llwyd.

Manon Awst



Ond fel i'r geiriau
gylchredu
ar y sgrîn –

pawb yn flin
nad oedden ni'n gwbod
sut i wrando;

ma' 'mol yn corddi,
a'r dagrau'n llosgi,
fel i ddau air gydio.

Criaf dros yr hyn a fu,
a'r hyn i ddod,
yn gwbod
y bydda i wastad yn teimlo
bob dim i'r byw.

Ond creaf arfwisg
o'r dagrau hyn.
I amddiffyn fy llais,
fy mod.
I wynebu bob diwrnod
â chalon agored.

I geisio ymddiried
heb amau
a cherdded camau
newydd, disglair
trwy garu fy hun yn gyntaf.

Ac efallai, rhyw
ddiwrnod yn fuan,
mi wna'i ddiosg
fy arfwisg.

Mi flasaf, mi brofaf,
ac efallai,
unwaith eto,
mi ddof.

Beth Celyn

Crio

Torrais fy nghalon unwaith
ac fe wylais
nes i'm llygaid hallt, chwyddedig
droi'n ddau lyffant bolio
a neidio mewn i ffos gerllaw.

Ac o weld hyn,
trodd fy nagrau'n bysgod,
yn silidons ac eogiaid
gloyw, a phlymio fesul un
mewn i'r môr.

Troes rhai yn blu eira
a gorchuddio llawr y gegin
yn lluwchfeydd dyfnion
at fy nghluniau.

Troes rhai yn sêr gwib
a hedfan trwy'r ffenest,
fel dagrau san Lorenzo
yn fflamau sodiwm clorid, coch.

Troesant yn dylluanod
llygaid llus, a hedodd
mewn i'r coed i hela
llygod maes.

Tagais wyfnod gwynion
yn ddagrau o waelod hafn y frest,
a aeth i gnoi'r siwmperi gwlan
yng nghyprddau'r llofft.

Ac fe wylais, nes bod synau
rhyfedd yn codi o'r stumog,
yn curo'n erbyn yr asennau
ac yn hyrddio trwy'r ysgyfaint
ac mi boerais ddagrau
o hadau blodau haul
a syrthiodd ar ddaear dda
a thyfu, a blodeuo
yn flodau gyddfog,
melyn, mawreddog.

Grug Muse



Corddi

Ydy Nain yn neud bechdan i chdi, ta
mond i fi, Mam?

Cofio byta bechdan menyn a caws
A hannar byta menyn a ham
Bara hada, 'im yn licio crystia
Chwdu os ga i fenyn a jam

Saim sy'n toddi rhwng y cracs yn y
plats
Saim atgof neis

Saim atgof lliw llosg ar dost
Slab o felyn ar ddu,
Sal fyddi di!

Haul sgwar
Gynj Gorffennaf
Ma'n stumog i'n corddi na udis i
rioddi diolch wrth -

Cofia fyta dy grystia, Siani!

-diolch, Nain.

Sian Miriam



Sgidiau

Dwi'n gwbod
na allaf wisgo
treinyrs i angladd.
Dwi ddim yn gwbod pam,
ond dwi jyst yn **gwbod**.

A dwi'n gwbod bod
y bocs o 'sgidiau
ym mac y wardrob
yn llawn shws
addas ac anaddas
a finnau'n plymio
i'r dyfnderoedd
i ddewis par.

Reit yn gwaelod, mae'r 'sgidiau ysg-
ol
bu'n dynn am fy nhraed erioed
a'r hen Doc Martens
a chladdwyd gyda hen recordiau
roc fy ieuenctid
yn ceisio'u gorau i nenu nol.

Gyda nhw, hen 'sgidiau cerdded call
yn haen o fwd rhyw fynydd
ac atgofion o grwydro
cestyll law yn llaw.
Oddi tanynt; y slipers gwlan
fu'n gysur
ar nosweithiau unig
o flaen tan.

Yn sgwashed, reit yn y cefen,
ambell shwsen ddisylwedd:
ballet pump wen a wisgwyd un-
waith
a ballet pump fu unwaith yn wen a
wisgwyd
ganwaith.

Ac o'r diwedd
'sgidiau meddwi'n gaib
A baglu i glwb nos
yn hyderus
mewn sodlau dansherus,
y teip sy'n cael eu fflingio
wrth feddwl dim
am fod yn droednoeth
mewn stafell wely ddiarth.

Dwi'n gwbod nad oes yr un o'r
rhain
fel treinyrs
yn addas ar gyfer angladd.
Ond dwi ddim wir yn siwr iawn
pam.

A dwi'n gwbod,
heb wir wbod pam,
nad yw'r shwsen blaen, ddu
yn siwtio chwaith
ar gyfer ffarfelio gyda thi.

Miriam Elin Jones



Crio

Un bore Mawrth 'tarth ar dir' di-liw;
yn ddoe wedi'i lusgo gerfydd geiria',
yn sw'n cnoi chewing gum i'r clyw
a'r llwybrau wedi'u huro ag eira –
brwydrasom trwy'r eisin, eto, law
yn llaw, drwy hangofera'n hyfory
"di-niw" a baglu dros brysurb
naw tan naw

a chnoi cîl ar hen ofidiau heddiw.
Eisteddasom ar fainc hen feiau ffôl
yng ngroth Golgotha'n eneidiau ed-
ifarf a'n cywilydd yn ddafnau gwaed
ar ein hôl, a'n cariad ifanc 'di troi'n
alar.

Caryl Bryn



Cefndir:

Yn ôl yn 1879, sefydlodd Sara Jane Rees, neu Cranogwen fel yr oedd hi'n cael ei nabod, gylchgrawn Y Frythones. Trwy hwnnw, chwaraeodd ran anhepgor yn annog marchod i lenyddia ac argraffu eu gwaith. Dyma ni yn y flwyddyn 2018 yn teimlo fod dal lle i ferched gyd-gefnogi ei gilydd i greu a pherfformio gwaith, ac felly, gan ddefnyddio Cranogwen fel ein 'animal spirit', dyma fynd ati i sefydlu Cywion Cranogwen.

Y gobaith yw mai megis dechrau'r daith yw hyn i Gywion Cranogwen. Mae bwriad i fynd â'r sioe i fwy o leoliadau yn y flwyddyn newydd. Yn yr hir dymor, y gobaith yw parhau i dyfu, i wahodd mwy o gywion i ymuno ac i barhau i greu sioeau barddol-greadigol.



Elan Grug Muse

Bardd, beic-wraig ac ymgeisydd PhD ym mhrifysgol Abertawe. Cyd-olygydd Y Stamp.

Caryl Bryn

Myfyrwraig o Borth Amlwch, sydd wrthi'n astudio MA ysgrifennu creadigol ym Mhrifysgol Bangor.



Miriam Elin Jones

Cyd-olygydd Y Stamp. Llenor a myfyriwr PhD yn Adran y Gymraeg, Prifysgol Aberystwyth.



Sian Miriam

Cerddor, perfformwraig, cantores, actores, tiwtor llawrydd, artist gweledol a chlywedol, cyfansoddwraig a bardd.



Bethany Celyn

Cantores-gyfansoddwraig o Ddinbych sy'n astudio MA ym Mangor ac yn rhyddhau ei EP cyntaf ar label Sbrigyn Ymborth mis Rhagfyr.



Manon Awst

Artist ac ymchwilydd, sy'n gweithio ar brosiect doethurol ym Mhrifysgol Bangor.



Pwy 'di pwy?

