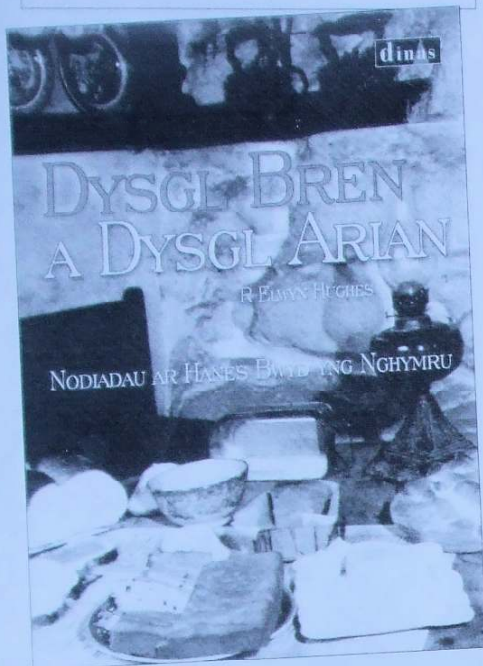


Dysgl Bren a Dysgl Arian:

Nodiadau ar Hanes Bwyd yng Nghymru
gan R. Elwyn Hughes, Dinas, 300 tud.
Pris £14.95.



DYMAR astudiaeth fwyaf manwl a chynhwysfawr erioed am hanes maeth ac arferion bwyta'r Cymry. Mae'n cynnwys dros 300 tudalen o ffeithiau, ystadegau a dadansoddiad am arferion bwyta'r Cymry, ac yn cynnwys pennod gyfan ar lyfrau coganio Cymraeg. Ceir penodau hefyd ar fwydydd neilltuol Gymreig, cynhaliath o fyd natur, arferion bwyta ac yfed y Cymy, yn ogystal â hanes y Sgyrff yng Nghymru, clefyd a gododd ei ben yn aml oherwydd undonedd y diet Cymreig a diffyg fitamin C. Ac yn ôl Elwyn Hughes '...oni bai am ddyfodiad tatws rhwng 1750-1900, mae'n bur amheus pa nifer ohonom fyddai ar ôl i drafnod y materion hyn.'

Yn ôl yr awdur, 'Dim ond gan yr Uchelwyr yn y llysoedd yr oedd medd a mêl mewn bri - mae'n anodd credu fod medd erioed wedi bod yn ddiod gyffredin ymhlith y werin Gymreig.' Ond datgelir fod meddyglyn, sef medd gyda pherlysiâu, yn ddiod a yfid yn aml am resymau meddyginiaethol yng Nghymru. Esbonir hefyd yn y llyfr bwysigrwydd bragod, sef cwrw wedi ei felysu gyda mêl, a diod griafol, i hanes maeth y Cymry. 'O bosibl mai diod griafol, a ddisgrifiwyd, oedd y diod mwyaf Cymreig a mwyaf diddorol yn ein hanes,' yn ôl yr awdur.

Addysgwyd R. Elwyn Hughes ym Maesyfed ac yng Nghaergrawnt, lle bu'n dilyn y gwyddorau naturiol. Daliodd swyddi biocemeg ym Mhifysgol Caergrawnt a Phrifysgol Cymru. Mae'n awdur nifer helaeth o gyhoeddiadau ar hanes maeth a gwyddoniaeth, ac mae bellach yn byw ym Mhentyrch.

Cefais flas mawr wrth ddarllen y llyfr a dylai fod ar silff pawb sydd â diddordeb mewn hanes maeth a iechyd yng Nghymru.

Amen, Dyn Pren

Difyrrwch ein hiaith ni

gan Gwilym Tudur/Mair E. Jones,
Gwasg Gwynedd, 272 tud. Pris £8.95.

LLYFR hynod ddiddorol. Casgliad ydyw o ddywediadau, a'r eirfa fel ffrâm liwgar yn cyflwyno darlun byw o'r iaith yn ei chynefin mewn tylwyth a chymdeithas. Mynd ati i drin a thrafod pethau a glywsant ar lafar yn eu hen ardal a wnaeth y brawd a'r chwaer o Eifionydd. Ond wrth ddarllen y gyfrol mae'r hyn a gofnodir yn dwyn i gof yr holl iaith a ddefnyddiwyd gan lawer ohonom ni yn y gogledd. Deffroant ddarluniau byw o'n mebyd ac ymddangosant o dan benawdau hwylus.

Adolygiadau

Yn y bennod gyntaf, Amser a Gofod, dyma rigwm cyfarwydd i ni yn Llanuwchllyn, sef 'no môr, no mynydd, Lon bost bob cam,' (Gweler *Straeon Cynllwyd* gan Seimon Jones), a'r pwyslais 'ar sgwennu sownd' pan yn yr ysgol sdalwm ac roedd yn rhaid gwneud rhywbeth 'yn syth bin'. Ar y buarth, faint o weithiau y chwaraewyd, 'Faint o'r gloch 'di mistar blaidd'; 'chwarae tic' a 'marblis' hefo togo (marblen fawr) neu adrodd 'In pin sefti pin, in pin owt,' i ddewis arweinydd, a chwarae cylchyn ar y stryd ddi-geir yn Nhalysarn. Tegan handi iawn i ddifyrru baban oedd 'mwthwl sinc', olwyn ddwr, tegan o frwyn na wyddom bellach sut i'w wneud, a gwneud pom pom â chaeadau cardfwrdd tyllog poteli llefrith.

Mae'r 'hen frân wen wedi datgelu hynt a helynt fy wyrion i mi er llawer blwyddyn bellach, nes iddyn nhw ddallt mai taid oedd y deryn cegog a oedd yn cario clecs. Ceir penodau eraill ar Bwyd a Diod, Hen Goelion, Iechyd Pobl, a llawer mwy.

Diddanu yw bwriad y gyfrol, ac mae'n sicr wedi llwyddo. Ceir detholiad o luniau difyr a bachog y cartwnydd enwog, Tegwyn Jones, yn

llawer yn y car wedyn, ar drywydd sawl stori. Roedd yn ymwybodol, hyd yn oed pan roeddwn i'n gweithio efo fo flynnydoedd yn ôl, ei fod yn cofnodi hanes - roedd hyn yn bwysig iawn iddo, a dyna oedd yn ei wneud yn wahanol i lawer o ffotograffwyr papur-newydd eraill ei gyfnod.'

Yn y gyfrol, ceir straeon cofiadwy am luniau a digwyddiadau pwysicaf ei yrfa, fel y llun enwog o Carneddog a'i wraig. Dyma, yn ôl Ioan Roberts, yw'r 'ffotograff enwocaf a dynnwyd yng Nghymru erioed,' a cheir y cefndir yn llawn gan yr awdur am y modd y perswadiwyd Geoff i fynd i dynnu'r llun ar y pwn Sul hwnnw, yn erbyn ei ewylllys.

Mae pennod arall yn ymdrin â chyfraniad Geoff Charles i fyf film, pan gydweithiodd â'r diweddar John Roberts Williams a Syr Ifan ab Owen Edwards i gynhyrchu *Yr Eitifeddiaeth*, a dangoswyd ar hyd a lled y wlad.

Yn sgil ei waith fel ffotograffydd i'r Cymro y canolbwyntir yn bennaf, ac yn sgil ei waith i'r papur hwnnw y daeth ei gasgliad mor bwysig a chynhwysfawr. Gweithiodd i'r papur ar ôl y rhyfel yn ei oes aur o dan olygyddiaeth John Roberts Williams, mewn cyfnod pan oedd gan y papur gylchrediad o 26,000. Cofnodwyd digwyddiadau pwysicaf hanes Cymru gan Geoff Charles tra'n gweithio i'r papur hwnnw - ac un o'r rhai mwyaf dirfynol oedd boddi cwm Tryweryn, ac yn ôl Ioan Roberts: 'Does yr un ffilm wedi llwyddo i gyfleu ing Capel Celyn i'r un graddau â'r delweddau llonydd, aflonydd yma gan Geoff Charles.' Ceir lluniau eraill fydd yn ysgogi'r cof i sawl darlennydd, megis 'Triawd y Coleg,' sef Merêd, Robin a Cled, ac wrth gwrs, Sam Jones yn edrych dros eu sgriptiau ar gyfer recordio'r *Noson Lawen*; llun adnabyddus, i ddarlennwyr *Y Casglwr*, o Bob Owen a'i wraig, Nel, yn ei Lyfrgell; dryllio'r *HMS Conway* ar y creigiau yn Afon Menai; Kate Roberts yn cyflwyno ei chartref, Glan Gors, i'r genedl, a phrotest Cymdeithas yr Iaith ar bont Trefechan a dicter rhai o'r bobl leol.

Mae hon yn sicr yn gyfrol a ddylai fod ar silff pawb sydd â gwir ddiddordeb yn hanes Cymru'r ugeinfed ganrif.

Cyhoeddir y gyfrol gan y Lolfa mewn cydweithrediad â Llyfrgell Genedlaethol Cymru.

Cofio Eirug

gol. Emyr Llewelyn Gruffudd
Y Lolfa, 206 tud. Pris £6.95.

PAN FU farw Eirug Wyn, fis Ebrill y llynedd, cafwyd teyrngedau lu iddo yn y cyfryngau - ar y radio a'r teledu, ac yn y Wasg. Ychydig o ddyddiau ar ôl ei angladd, yn ôl ei wraig, Gwenda, 'Cafodd criw y syniad o gasglu rhai



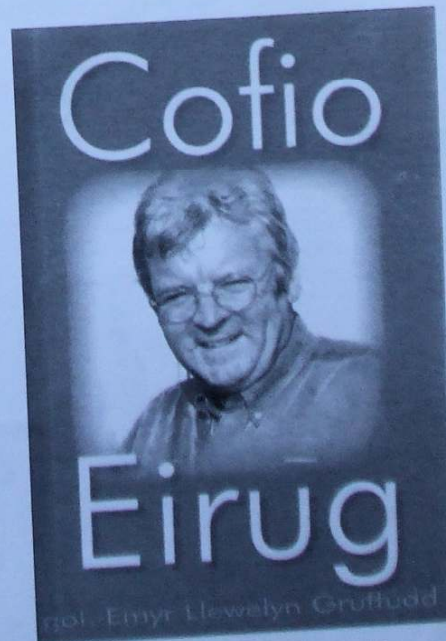
y fargen! Mae yna ddigon i fyfyrro drosto hefyd, a deunydd amrywiol at ddant pob math o ddarlennwyr. Mae'n werth ei phrynu a'i darllen.

Cymru Geoff Charles

gan Ioan Roberts, Y Lolfa, 180 tud. Pris £14.95.

DYMA gyfrol hardd o luniau a thestun yn olrhain gyrfa un o ffotograffwyr Cymreig pwysicaf ugeinfed Ganrif - Geoff Charles. Ef oedd ffotograffydd disglair *Y Cymro* am ddegawdau, a darluniodd fywyd Cymru dros gyfnod o dros hanner canrif gyda ffotograffau, sydd bellach wedi eu trysori yn un o gasgliadau pwysicaf Llyfrgell Genedlaethol Cymru.

Roedd Geoff Charles yn dyst i gyffroadau mawr yr ugeinfed ganrif, o danchwa Gresffordd i foddri Tryweryn, o areithio Lloyd George i firi'r Arwisgo; ac i gyd-fynd â'r lluniau cafwyd testun yn olrhain ei yrfa gan yr awdur, Ioan Roberts, a fu'n cydweithio gyda'r ffotograffydd yn y 60au. Yn ôl Ioan: 'Roeddwn i'n newyddiadurwr yn cychwyn fy ngyrfa ar *Y Cymro* pan wnes i gyfarfod Geoff Charles am y tro cyntaf ym 1969. Mi fuon ni'n cyd-deithio



(Parhad ar dudalen gefn)