



VIOLETTA COLONNA

Mamma, scrivimi la tua storia

Il diario sulla tua vita
e i tuoi affetti.

Prima edizione: maggio 2025
Copyright © 2025 by Maxidia Srl
Copyright © 2025 by Gruppo Editoriale Fanucci srl
Sede secondaria: via Giovanni Antonelli, 44 - 00197 Roma
tel. 06.39366384 - email: info@gruppoeditorialefanucci.it
Indirizzo internet: www.ambrosiaexperience.shop
Proprietà letteraria e artistica riservata
Stampato in India - Printed in India
Tutti i diritti riservati
Progetto grafico: Franca Vitali
Illustrazioni interne: © Asrulaqroni, teerawat, Katyan1983
[stock.adobe.com\(elaborazione\)](http://stock.adobe.com/elaborazione)

AMBROSIA



ALLE MAMME DI OGNI ETÀ

Quando ho pensato di scrivere questo libro, ho immaginato una figura di madre che fosse moderna e, al tempo stesso, racchiudesse il concetto tradizionale del termine “mamma”. L’ho così creato per voi, madri di tutti i tipi, adottive, biologiche e no, etero e omosessuali. Una guida utile per mettere su carta e non dimenticare i momenti che hanno caratterizzato la vostra vita.

Quello che siamo è quello che lasceremo e diventerà un tesoro prezioso per i nostri figli, ma anche per chi ci è stato vicino come se lo fosse, figure che da sempre necessitano di punti di riferimento illuminati, pieni di storia e saggezza. Per lasciare un segno nei loro cuori, abbiamo bisogno di condividere la nostra storia di mamme.

Mamma, scrivimi la tua storia è principalmente uno strumento che ti aiuterà a mettere per iscritto i tuoi pensieri, le storie e le riflessioni, trasformando le emozioni che hai provato, i ricordi che ti hanno segnato, i traguardi, le delusioni, le gioie e le sfide di tutti i giorni in un tesoro di grande valore, raro e sicuramente unico, da dividere poi con i tuoi figli, i nipoti e le generazioni future.

Le divisioni in capitoli ti permetteranno di avere uno schema da seguire che ripercorre le fasi di nascita, formazione, scoperta, crescita, impegno e maturità della tua vita, fino a descrivere i sogni che ancora vuoi realizzare.

Come lo avrai completato, ti renderai conto di aver confezionato un regalo, per te stessa e per chi lo leggerà, un lascito che vivrà per sempre nel cuore di chi hai amato e ti è stato vicino. Diventerà un ricordo tangibile, senza tempo, immortale, e sarà fonte di ispirazione per coloro che hai cresciuto grazie a quello che hai seminato, che hai provato e stai provando nella tua fase più matura.

A tutte voi, mamme di ogni luogo, un semplice e amorevole grazie.

Violetta Colonna



LA NASCITA
E L'INFANZIA



LA NASCITA

Scrivi la data esatta.

In che città sei nata?

Qual è il nome completo?

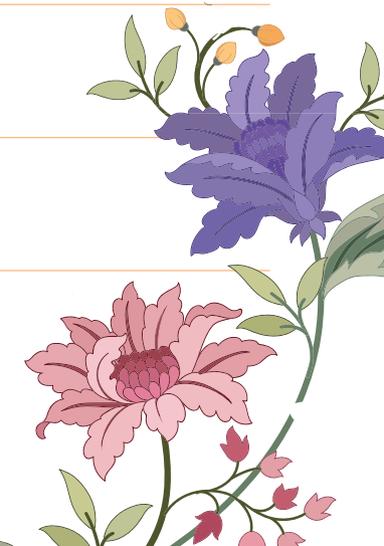
Il nome ha un significato?

Ti piace o ne avresti voluto un altro?

Qual era l'indirizzo di casa? A che piano stavi?

Con chi vivevi?

Quanto eri alta e quanto pesavi?





LA NASCITA

In che ospedale, clinica o altro luogo sei nata?

Quanti anni avevano i tuoi genitori quando sei nata?

Come ti descrivono i tuoi genitori al momento della tua nascita?

Che storie hanno raccontato sul giorno in cui sei nata?

Racconta degli eventi che sono successi nel mondo quel giorno.



L'INFANZIA

Quali sono state le prime parole che hai detto?

Quanti anni avevi quando hai cominciato a camminare?

Come ti descriveresti da bambina?

Eri introversa o estroversa?

Avevi un soprannome?

Chi erano i tuoi migliori amici alle elementari?

Come si chiamava la tua maestra/il tuo maestro?

Praticavi qualche attività sportiva?

L'INFANZIA

Suonavi qualche strumento o cantavi?

Scrivevi un diario?

Ti piaceva qualcuno/a?

C'è stato un episodio negativo che ti è rimasto impresso?

(Es. Hai fatto una figuraccia di fronte alla classe; un amico ti ha fatto cadere e ti sei rotta il braccio; non hai potuto partecipare alla recita della classe; sei rimasta l'ultima ad aspettare che venissero a prenderti all'uscita di scuola.)

Qual è il ricordo più bello della tua infanzia?

L'INFANZIA

Che cosa ti manca di più dell'infanzia?

Avevi un animale domestico?

Eri innamorata di un/a cantante o attore/ricce famoso/a?

Che gioco ti piaceva fare?

Avevi delle paure?

Andavi spesso a casa di qualcuno/a a giocare?

Cosa facevate quando stavate insieme?



L'INFANZIA

Invitavi spesso qualcuno/a a casa o a dormire?

Cosa ti piaceva mangiare per merenda?

Che cibi ti facevano mangiare da piccola che detestavi?

Com'era la tua camera? Descrivila.

Oltre ai genitori, c'è stato qualcun altro di importante nell'infanzia con cui passavi tanto tempo?

Cosa non sopportavi di fare?



L'INFANZIA

C'era un'attività che facevi sempre con i tuoi genitori, o con uno dei due? Se sì, quale?

Ti sentivi più legato a uno dei due? Se sì, come mai?

I tuoi genitori andavano d'accordo?

C'era un'atmosfera serena dentro casa?

A scuola cosa ti piaceva fare di più?

Ti hanno obbligata a leggere un libro che non ti piaceva?



“LE DONNE DEVONO SEMPRE RICORDARSI
CHI SONO E DI COSA SONO CAPACI.
NON DEVONO TEMERE
DI ATTRAVERSARE GLI STERMINATI
CAMPI DELL’IRRAZIONALITÀ,
E NEANCHE DI RIMANERE SOSPESA
SULLE STELLE, DI NOTTE,
APPOGGIATE AL BALCONE DEL CIELO.
NON DEVONO AVER PAURA DEL BUIO
CHE INABISSA LE COSE, PERCHÉ
QUEL BUIO LIBERA UNA MOLTITUDINE DI TESORI.
QUEL BUIO CHE LORO, LIBERE,
SCARMIGLIATE E FIERE, CONOSCONO
COME NESSUN UOMO SAPRÀ MAI.”

VIRGINIA WOOLF