

Inhalt

9 Danksagung

11 Intro

**Die Reise – Von der Pampa in die Pampa und
in ein neues Leben**

15 Kapitel 1

- 15 Die normalste Frage der Welt: Was wird es denn?**
- 16 Ein Mensch – Mehr als X und Y**
- 17 Kindergartenzeit – Geht's auch bunter?**
- 20 Unisex? Das Thema mit dem Namen**
- 22 Rosa und Blau und kein Dazwischen**

25 Kapitel 2

- 25 Kindsein braucht keine Farbe**
- 26 Bilder aus der Volksschulzeit**
- 29 Ein Tag ganz ohne Farben – Oder etwa nicht?**
- 30 Aus Blau und Rosa wird Schwarz und Weiß**

33 Kapitel 3

- 33 Vereint oder vereinsamt – Pubertät an sich ist schon kompliziert genug**
- 40 Mein Brief an Anja**

44 Kapitel 4

- 44 Über Stereotypen und Stereofrauen. Warum uns Schubladen in den Wahnsinn treiben können**
- 44 Ich, ein Rebell?**
- 48 Meine Zeit in der Polizeischule – Traum vs. Realität**
- 49 Tagebucheintrag: Die Fassade bröckelt**
- 56 Trage ich Uniform, bin ich Anja**

- 60** Und wann bin ich Ricardo?
66 Mein Seelenleben rebelliert
68 Momentaufnahme
- 70** **Kapitel 5**
70 Der Schritt zu mir selbst – Mein Coming-Out
72 Was Mannsein bedeutet
73 Was, wenn das noch nicht alles war, liebes Leben?
80 Jetzt – Raus mit der Wahrheit!
- 97** **Kapitel 6**
97 Lasst die Kirche im Dorf. Wie ich zu meiner Spiritualität fand
99 Sinnsuche und Mentorfindung
- 104** **Kapitel 7**
104 Nina
111 Ein neuer Name, eine neue Identität – Und ein neuer Penis
117 Der erste Tag vom Rest meines Lebens
129 Mein Brief an Nina
- 132** **Kapitel 8**
132 Wie ich werde, wer ich bin. Eine neue Identität entsteht
133 Keine Steine – Meilensteine
133 Meiner Seele auf der Spur
138 Endlich – Ricardo Föger
139 Der Stoff, aus dem Männer sind
141 Potsdam, die Erste
142 Tagebucheintrag: Die Nacht davor
144 Am Morgen meiner großen OP
151 Potsdam, die Zweite

156 Kapitel 9

- 156** Miriam und ich – Liebe, die in kein Schema passt
- 158** Wenn sich Seelen begegnen
- 160** Ein Herz braucht Luft
- 167** Ein klischeefreies Fest voller Liebe
- 171** Eins plus eins ist drei
- 173** Rico, bist du das? Eine Retrospektive

176 Kapitel 10

- 176** Ich bekenne Farbe – Die Nuancen meines Lebens
- 176** Vielfalt erleben. Mein Vortrag mit Balian
- 183** Wer will ich sein – Für mich und für andere?
- 186** Es geht nicht um Publicity, es geht um Support

189 Outro

**Lass los und halte an deinen Wünschen fest:
Mein Buch**