



Zuhal Bahadır

Zuhal ist eine souveräne, reife Frau, die mitten im Leben steht und sich beständig weiterentwickelt. Wir haben uns Anfang der 20er Jahre bei einem „MINUTO“-Treffen in Aalen kennengelernt. Schon damals beeindruckte mich ihre Entschlossenheit – gepaart mit liebevoller Zugewandtheit. Als Friseurmeisterin arbeitet Zuhal seit jungen Jahren im wahrsten Wortsinne hautnah an den Befindlichkeiten und energetischen Zuständen ihrer Kundinnen und Kunden. Immerhin sind Haare unsere Antennen ins Universum – und ein Frisörbesuch kann ein sehr intimes, manchmal rituell aufgeladenes Geschehen sein.

Vor vielen Jahren schon hat Zuhal erkannt: Ihre Aufgabe besteht nicht allein im Schenken körperlicher Wellness und der Verschönerung der äußeren Erscheinung ihrer Klienten. Mit der Entfaltung ihrer eigenen weiblichen Würde lädt sie freundlich und mutig auch ihre Freundinnen und Kunden ein, sie auf ihrer Reise in die neue Zeit zu begleiten.

So freue ich mich auch heute beim Betreten ihres Salons wieder über ihre warme Offenheit und Klarheit, ihr respektvolles Unterstützungsangebot, ihre kreativ gestalteten Räumlichkeiten, die nur entfernt an einen Friseursalon erinnert viel eher an ein Seminarhaus mit einladender Atmosphäre und hohem Wohlfühlfaktor.

Vor einigen Monaten, nach Jahren des Lernens und Übens, hat Zuhal die Grundausbildung zum Systemischen Aufstellungscoach (nach Hellinger) abgeschlossen.



„Was für ein Weg. Mit Aufregung, Wachstum, Vertrauen und ganz viel Herz. Die Ausbildung war für mich nicht nur ein Lernen im Außen – sie hat auch in mir selbst unglaublich viel verändert. Sie hat so vieles bewegt, sichtbar gemacht und transformiert. Alte Themen durften sich lösen, neue Klarheit durfte entstehen und ich bin mir selbst auf diesem Weg nochmal ganz anders begegnet.“

Die Prüfung hat mir nochmal gezeigt: Es geht nicht darum, perfekt zu sein. Es geht darum, präsent zu bleiben, Menschen wirklich zu sehen und Räume mit Klarheit und Gefühl zu halten. Und genau dafür schlägt mein Herz. Ich bin unglaublich dankbar für alles, was ich lernen durfte – und freue mich auf die Menschen, die ich auf ihrem Weg begleiten darf.

Ich bin offiziell zertifizierter Aufstellungscoach.“ zuhal_healing (instagram)

Es ist diese weite, dem Leben zugewandte Dankbarkeit und ihre Lernbereitschaft, die Zuhal Glaubwürdigkeit und Substanz verleiht.

Wir leben in einer Zeit des Wandels. Das Bedürfnis nach Orientierung, Klarheit und innerer Befreiung wächst stetig. Viele Menschen machen sich auf den Weg, um alte Blockaden, Traumata, Glaubenssätze und festgeschriebene Muster zu lösen – und suchen nach Angeboten, die echte Wandlung und innere Befreiung fördern. In Zuhal finden sie eine lebenserfahrene Beraterin voller Weisheit, Sensibilität, Wahrhaftigkeit und – praktischer Vernunft.

Bei einer Tasse Kaffee steht Zuhal Rede und Antwort auf meine Fragen.

Zuhal, die „Ordnungen der Liebe“, von der Bert Hellinger gesprochen hat, klingen für meine Ohren erstmal eher rückwärtsgewandt und hierarchisch. Rangordnung? Ernsthaft?

Wir Menschen sind ja mehr als soziale Kopfwesen mit der einen oder anderen Meinung. Soziobiologisch betrachtet sind wir soziale „Gruppentiere“ und angewiesen auf Bindung, Kooperation und kulturelle Gemeinschaft. Wir sind von der Natur ausgestattet, mit einem feinen Sinn für Rang, Status und Zugehörigkeit. Beim Menschen entsteht die Rangordnung allerdings nur bedingt durch Dominanz. Genauso wichtig sind Kompetenz, Erfahrung, Fürsorge und Vertrauen – insbesondere wegen unserer biologischen Basis als Säugetiere. Wir sind jahrelang extrem bedürftig! Diese Zusammenhänge werden in der Systemischen Aufstellungsarbeit ganz grundlegend aufgegriffen. Ein Beispiel: Die Geschwisterreihe, geordnet nach dem Alter. Das älteste Kind steht in der „Rangordnung“ über dem zweitältesten – egal mit welchem

zentrumwurzlarbeit.de

Geschlecht. Es ist ja schon entwickelt und aktiv, wenn das jüngere Kind dazukommt. Ein weiteres Beispiel: In der Ordnung der Liebe *geben* (nur) die Eltern, während die Kinder *nehmen*. Insbesondere die Mutter, die ja erstmal 9 Monate lang unsere Behausung ist. Das sind soziobiologische Tatsachen. Oder schauen wir auf die Zugehörigkeit. Wir sind alleine ja gar nicht überlebensfähig. Wenn ein Mitglied unserer Gruppe – warum auch immer – ausgeschlossen wird, ruckelt es im System. Ein anderes Mitglied übernimmt oft unbewusst seine Rolle. Das kann dann – sogar über Generationen hinweg – zu halb- oder völlig unbewussten Verstrickungen führen. Mit der Aufstellungsarbeit kommen diese ans Licht. Unser inneres System wird entlastet und kommt wieder ins Gleichgewicht. Das geschieht, sobald die Situation *gesehen und gewürdigt* wird. Auf einmal kommen sich Geschwister wieder näher, oder die Verbindung zu den eigenen Kindern entspannt sich.

Diese grundlegenden inneren systemischen Strukturen nennt Hellinger *Ordnungen der Liebe*. Sie entspringen aus unserer Natur als Säugetiere und blieben uns innerlich als „Normalzustand“ im Nervensystem erhalten. So wie wir die Erdanziehungskraft selbstverständlich akzeptieren, macht es keinen Sinn, diese inneren Ordnungen zu ignorieren. Das heisst nicht, dass wir unsere Lebensführung daran anpassen und uns z.B. von einer ranghöheren Person dominieren oder respektlos behandeln lassen sollten. Hier wurde Hellinger womöglich absichtlich missverstanden. Zudem sind wir ja soziale und kreative Wesen. Wir können Systeme neu ins Leben rufen, wir können sie aber auch zum Ende bringen.

Im Systemischen Denken können wir verstehen, *warum* es so entlastend auf unser Nervensystem wirkt, wenn wir uns diese Ordnungen bewusst machen und sie innerlich annehmen. Systeme streben nämlich immer nach Stabilität – das heisst nach Gleichgewicht, Selbsterhalt und der ihnen eigenen Ordnung.

Ein Schwerpunkt Deiner Arbeit ist die Heilung der Beziehung zur Mutter.

Nach unserer Geburt ist ja das nächste entscheidende Ereignis die *Bewegung hin zur Mutter*, nun als eine Gegenüber, die uns an ihre Brust nimmt und nährt. Mit *ihrer Milch nehmen wir das Leben außerhalb von ihr*.

In unserer Gesellschaft erleben viele Menschen eine frühe Trennung von der Mutter. Diese Erfahrung hat oft eine tiefgreifende Veränderung unseres natürlichen Verhaltens zur Folge. Der Schmerz der Trennung und die Hilflosigkeit ohne sie, die Verzweiflung, nicht zu ihr gehen zu können, wo wir sie so sehr gebraucht hätten – das kann, wenn wir unbewusst sind, zu einer inneren distanzierten Haltung führen – besonders zu Menschen, die uns nahe sind. Zum Beispiel: „Ich gebe sie auf.“ „Ich bleibe allein.“ „Ich bleibe auf Abstand zu ihm.“ „Ich wende mich von ihr ab.“

Die allgemein verbreitete, gefährdete oder gestörte Mutter-Kind-Bindung wirkt sich letztlich auch auf unsere Gesellschaft aus. Wir bleiben auf Abstand zu unserem Partner, unseren eigenen Kindern, unseren Kollegen, Nachbarn ...

Und wie können wir eine Lösung finden?

Dies kann in unserem Gefühl und in unserer Erinnerung geschehen – wenn wir trotz aller Angst bewusst in diese Situation zurückgehen und die damals verhinderte oder unterbrochene Hin-Bewegung innerlich nachholen. Wir gehen trotz unseres aufsteigenden Schmerzes und der Enttäuschung und Wut von damals einen kleinen Schritt auf sie zu – mit Liebe. Wir halten inne, schauen ihr in die Augen und warten, bis wir in uns die Kraft und den Mut für den nächsten kleinen Schritt spüren.

Du siehst hier auch Wege, um vom Mangel- in ein Bewusstsein der Fülle zu finden.

Eine früh unterbrochene Hin-Bewegung zur Mutter erweist sich später oft auch als ein entscheidendes Hindernis für den Erfolg in unserer Arbeit, in unserem Beruf und in unserem Unternehmen. Auch hier kommt es darauf an, auf den Erfolg *zuzugehen*, statt zu warten, dass er zu uns kommt. Wenn wir auf den Lohn warten, ohne zuvor die entsprechende Leistung zu bringen, wenn wir andere vorschieben, statt selbst zuzupacken und uns eher zurückziehen als auf jemanden und auf eine Arbeit mit Freude zuzugehen. *Jeder Erfolg hat das Gesicht der Mutter.*

Zuhal, herzlichen Dank für das Gespräch, für Deine Zeit und Dein Wirken. /abr

Lebenswerte **Ostalb** Ausgabe 18: AUG SEP OKT 2026

Einladung zum Workshop:
Die Verbindung zur Mutter
(nach Hellinger)
„Das Leben gelingt, wo die Mutter genommen wird.“

Die Beziehung zu unserer Mutter ist das Fundament für unser gesamtes Leben. Sie beeinflusst tief im Unterbewussten, wie erfolgreich wir im Beruf sind, wie glücklich unsere Beziehungen verlaufen und wie viel Fülle wir im Leben empfangen können.

An diesem intensiven Vormittag widmen wir uns ganz dem wichtigsten Thema überhaupt: *Deiner Mutter und der Verbindung zu deiner Lebensquelle.*

Egal, wie die Beziehung zu deiner Mutter heute aussieht, ob sie noch lebt oder bereits gegangen ist – dieser Raum ist für dich und deinen inneren Frieden.

Was dich erwartet:

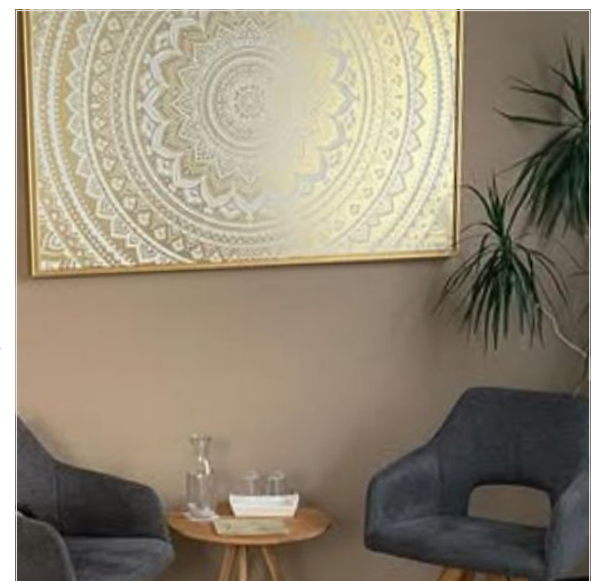
- Heilsame Impulse aus der Systemischen Familienaufstellung nach Bert Hellinger.
- Eine tiefe, berührende Meditation, um innerlich ganz mit deiner Mutter in Kontakt zu treten.
- Praktische Demonstrationen & Mini-Aufstellungen, um Blockaden direkt im Raum sichtbar zu machen und zu lösen.

Erlaube dir, die Kraft deiner Ahnenlinie anzunehmen und die Liebe wieder fließen zu lassen.

Details & Anmeldung:

- Wann: Sonntag, 12. Juli 2026 | 10:00 – 14:00 Uhr
- Wo: 73432 Aalen-Ebnat (genaue Adresse bei Anmeldung)
- Beitrag: 80 Euro
- Anmeldung: Fr. Bahadır 0172 9244403

Die Plätze für die Live-Demonstrationen sind begrenzt. Ich freue mich auf dich und diesen gemeinsamen Weg! ❤️



Die Mutter ❤️

- ♥ Sie schenkt das Leben.
- ♥ Sie ist unsere erste Verbindung.
- ♥ Sie steht für Wurzeln, Liebe und Geborgenheit.
- ♥ Wird sie nicht gewürdigt oder abgelehnt, fällt es schwer, selbst glücklich, frei und erfolgreich zu sein.
- ♥ Nehmen wir die Mutter an, nehmen wir das Leben an.
- ♥ Würdigung verändert alles.

*Ehre deine Mutter.
Ehre das Leben.*
—❤—

Zuhal Bahadır



Zuhal Bahadır

t.me/Ordnung_schafft_Heilung
INSTA: zuhal_healing

Frisörmeisterin Zuhal Bahadır

Bürgerstr.2, 73432 AA - Ebnat
Tel. +49 (0)7367 5173

www.hellinger.com/familienstellen/grundordnungen-des-lebens/

Lebenswerte **Ostalb** Ausgabe 18: AUG SEP OKT 2026