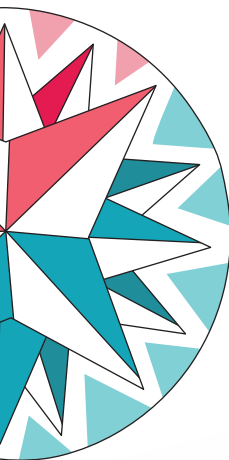


teken, kleur en inspireer

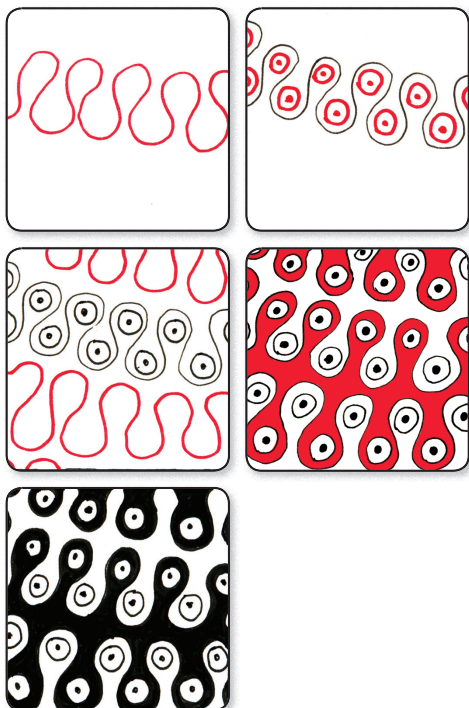
# LEVENLANG



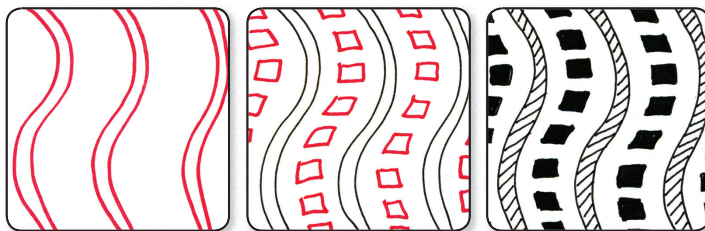
VEEL VARIATIE MET CIRKELS  
patronen



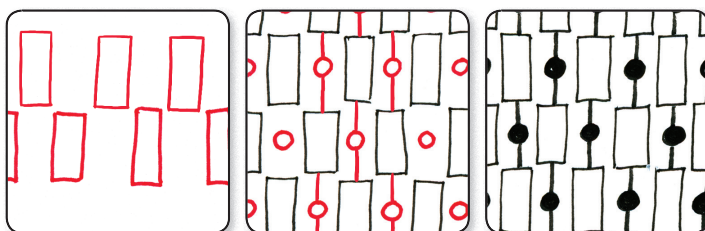
suzanne mcneill



Doodlopend



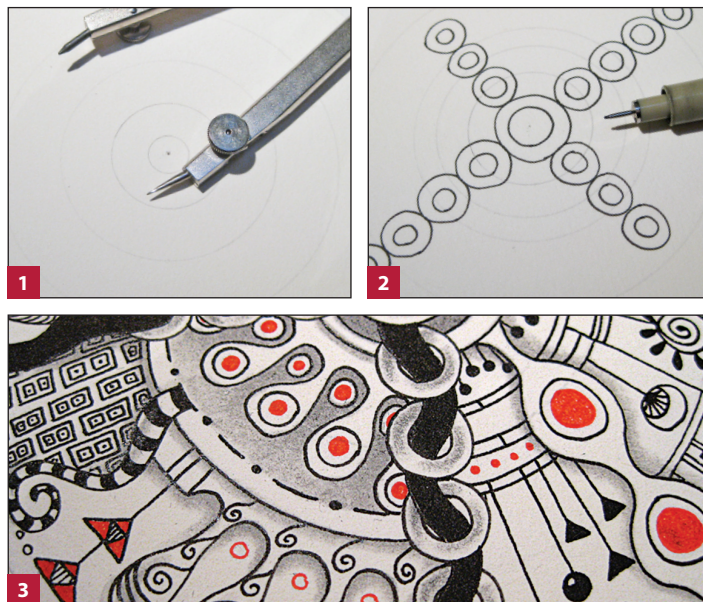
Verkeer



Vastknopen



Sandy Steen Bartholomew



### ZenDangle

1. Teken cirkels met behulp van een passer.
2. Neem een zwarte pen. Begin in het midden en teken de tangles die straalsgewijs uitwaaiëren.
3. Voeg de tangles toe die in het midden 'bengelen'. Keer onder het tekenen de tile steeds een stukje rond. Voeg ook wat rood toe en geef enkele tangles wat schaduw.

Geïnspireerd op de 'ZenDangles' uit het boek *Zenspirations* van Joanne Fink.



*Suzanne McNeill*



*Margaret Bremner*



*Angie Vangalis*

## Zendala's

Een Zendala is een soort mandala waarvan delen van de cirkel worden opgevuld met tangles. Dat levert prachtige resultaten op. In dit boek tonen gecertificeerde Zentangledocenten (CZT's) hoe zij de basislijn en tangles maken, kleuren toepassen en diepte creëren.

Met behulp van de Zentanglemethode wordt het tekenen heerlijk ontspannen en eenvoudig (echt waar!). Zoals iedereen een eigen handschrift heeft, zo heeft ook iedereen zijn eigen stijl om tangles te maken. Laat je inspireren door de voorbeelden uit dit boek en beleef veel plezier bij het creëren van je eigen kunst.

## Zenmandala's

Al eeuwenlang worden mandala's gebruikt om in contact met het goddelijke te komen, hun natuursymboliek biedt stof tot overdenken. Door een mandala te tekenen ontdek je je ware zelf en kom je in evenwicht. Deze bijzondere cirkels geven de mogelijkheid om een oude leer te bestuderen. Leer hoe je op een zachtvaardige manier al jouw unieke ervaringen in deze wereld naar waarde kunt schatten. Terwijl je prachtige tekeningen maakt waarin jouw visie tot uitdrukking komt, zul je de oneindige mogelijkheden ontdekken die uit innerlijke vrede kunnen ontstaan.

Een mooie cirkel die op een vierkant of rond stukje karton is getekend, wordt een Zendala genoemd.

## ZIA's

De traditionele Zentangle heeft geen doel voor ogen, geen herkenbare vorm noch een plaatsbepaling. De basislijn bepaalt de segmenten. 'ZIA' is de Engelse afkorting van *Zentangle-Inspired Art* ('kunst geïnspireerd op Zentangle'). Een ZIA bestaat dus uit ingekleurde tangles die niet op een vierkantje zijn getekend en die geen specifieke plaatsbepaling hebben.



# Zentangle- werkboek

Welkom bij het Zentanglewerkboek. Op de volgende bladzijden kun je al je verworven kennis over Zendala's in de praktijk gaan toepassen. Als je de basis wilt oefenen, keer de bladzijde dan om en begin met een paar doe-het-zelvtangles. Daarna kun je ze in een Zendalaontwerp verwerken. Heb je al wat ervaring met tangles, dan kun je meteen doorgaan naar het oefenen van inkleuren en het toepassen van schaduw. Er zijn voor elk niveau kant-en-klare voorbeelden die alleen nog maar hoeven te worden ingevuld, maar er zijn ook voorbeelden waarin je zelf ook de basislijn moet tekenen.

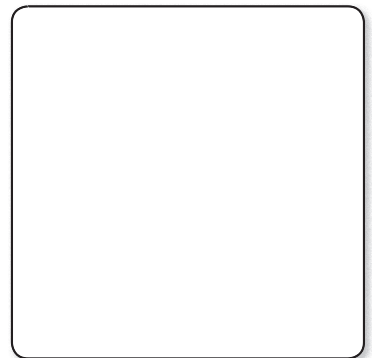
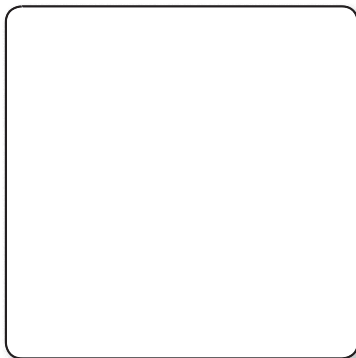
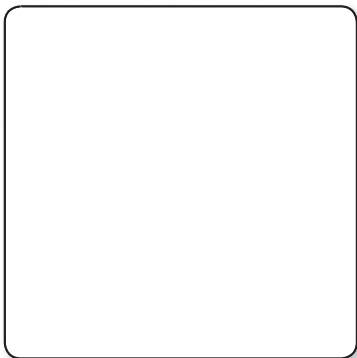
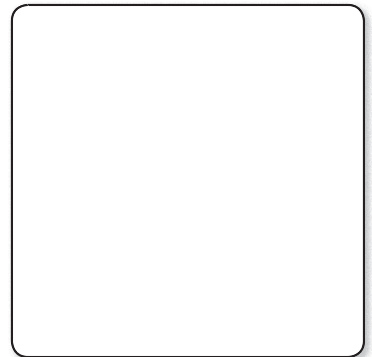
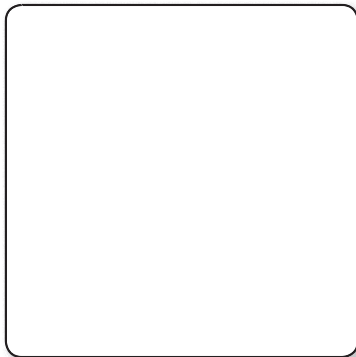
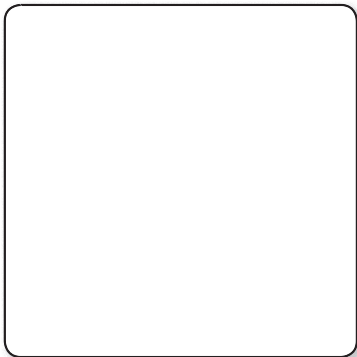
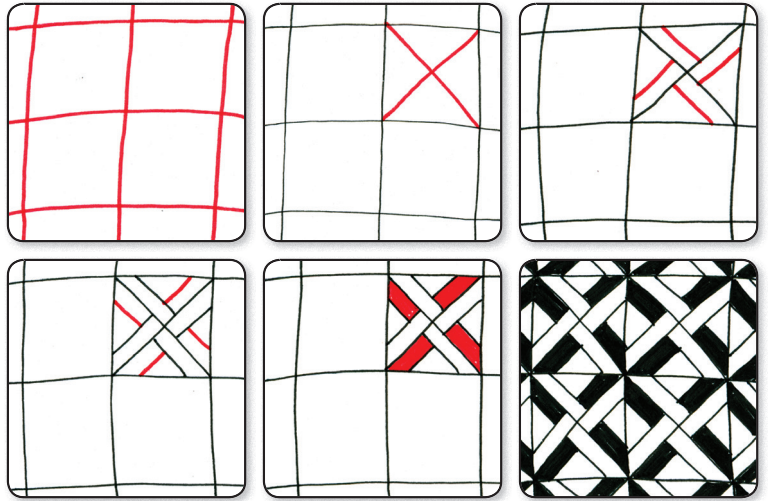
Je zult zien dat er bladzijden zijn waarop nog veel ruimte beschikbaar is: die is voor jou bedoeld! Op die ruimte kun je het tekenen van vormen, tangles of andere Zentanglekunst oefenen – wat je maar wilt. Gebruik die ruimte goed, maar voel je niet verplicht. Dit is jouw plek om te spelen, te oefenen en te scheppen.

Denk erom: laat je niet intimideren. Zoals je in een Zentangle geen fouten kunt maken, kun je ook niets verkeerd doen in dit werkboek. Op deze bladzijden mag je helemaal zelf je gang gaan. Stel dat een tangle of Zendala niet helemaal wordt zoals je je dat had voorgesteld, zoek dan gewoon een nieuw plekje en begin opnieuw. Leer van elke tekening en neem die ervaring mee naar de volgende. Blijf oefenen en je zult versteld staan van het resultaat.

*Veel plezier!*



# Diepte



# Oefen het inkleuren

In dit boek staan talrijke voorbeelden van ingekleurde Zendala's. Nu mag je het zelf uitproberen. Je kunt deze Zendalaontwerpen inkleuren met kleurpotloden, krijtjes, stiften of aquarelverf. Gebruik ook de schaduwtechniek, zoals die op blz. 3 wordt uitgelegd, om je werkstuk extra diepte te geven.

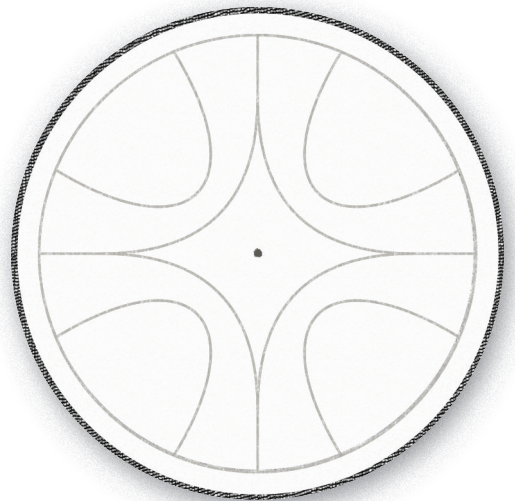
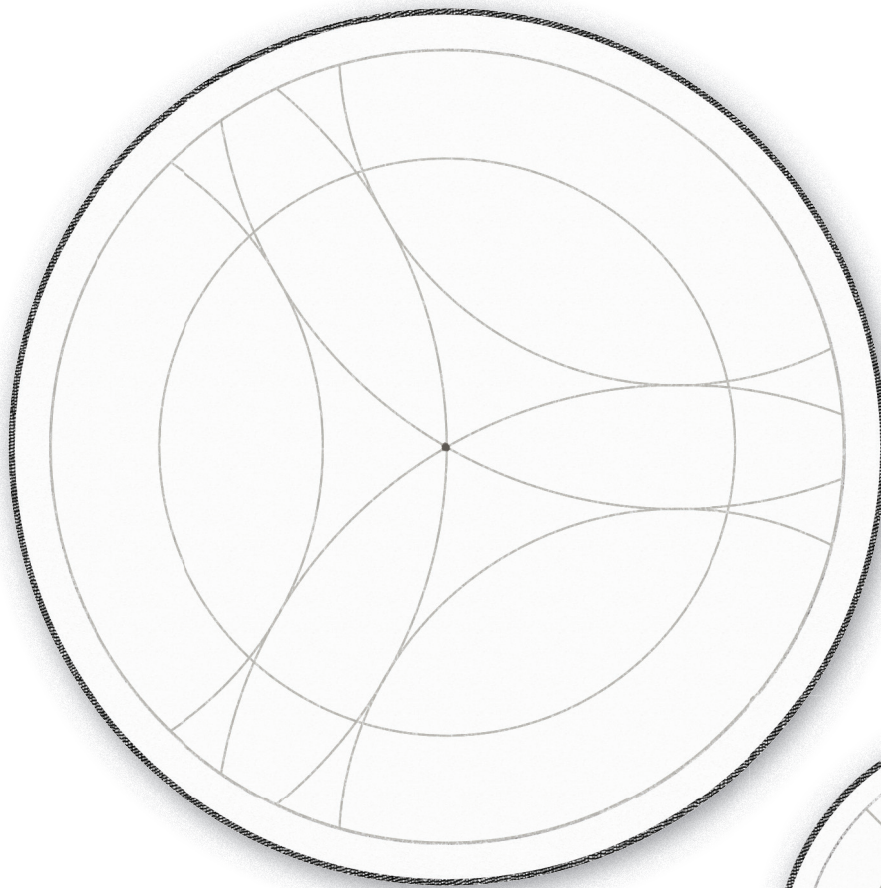


*Voeg kleur en diepte toe!*

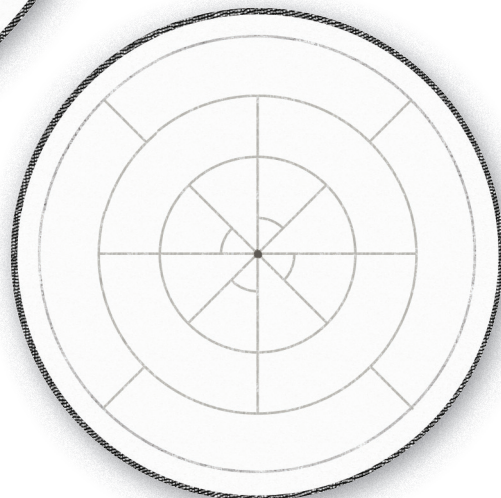


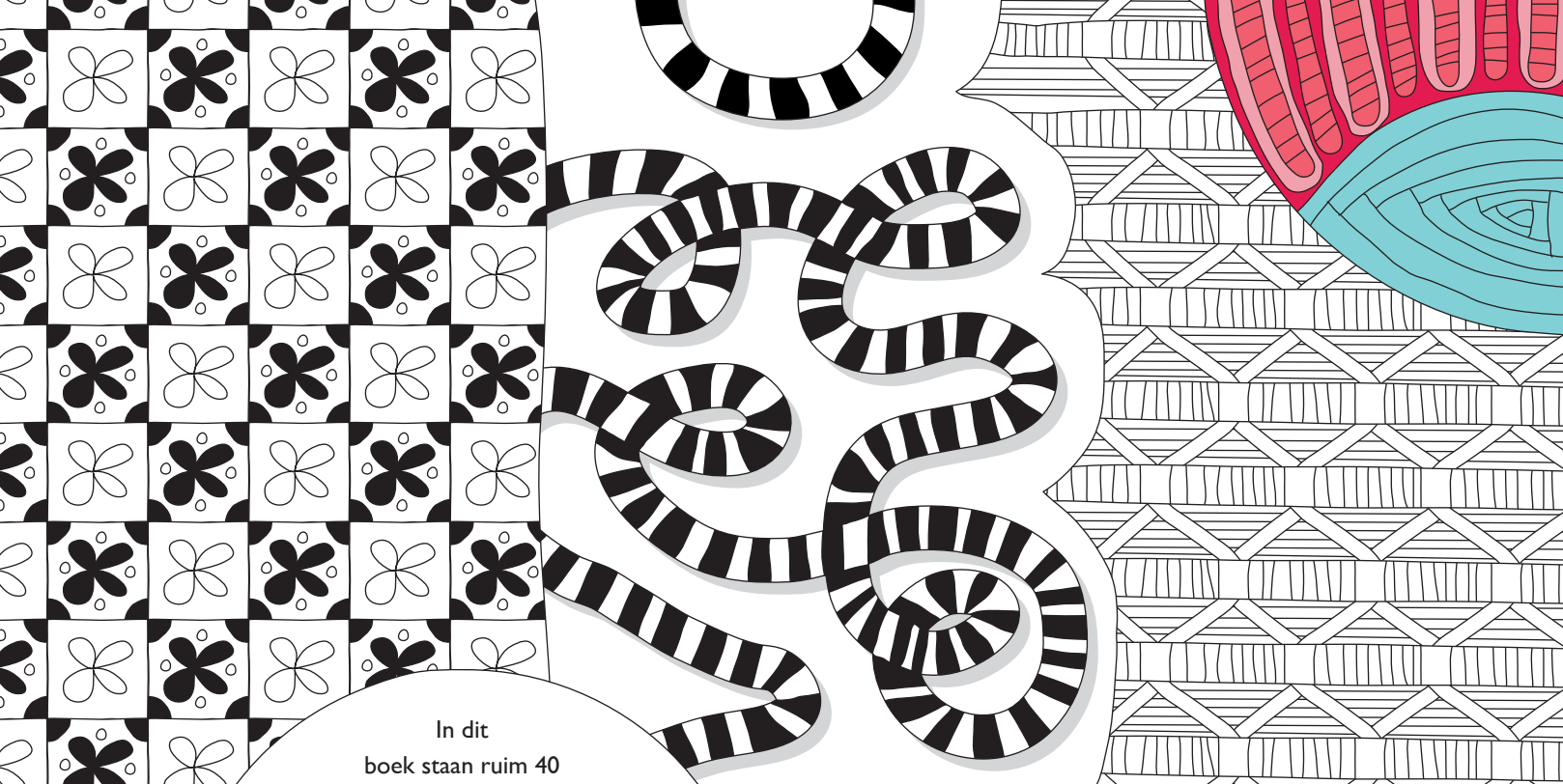
# Tangles toevoegen

In dit boek heb je inmiddels al heel wat voorbeelden van prachtige Zendala's gezien. Op de volgende bladzijden vind je ronde cirkels waarin de basislijnen al zijn aangegeven; je kunt ze meteen opvullen met tangles. Daarnaast zijn er ook nog een paar lege cirkels met alleen een rand en een middelpunt, zodat je de Zendala helemaal zelf kunt ontwerpen.



*Voeg je eigen tangles toe!*





In dit  
boek staan ruim 40  
Zentanglepatronen om cirkels  
op veel manieren te zentangleren, te  
tekenen en te kleuren. De Zentangles  
kun je stap voor stap oefenen naast de vele  
voorbeelden in dit boek. Als je genoeg hebt  
geoefend, dan kun je aan de slag met het 'echte'  
werk. Maak mooie Zentanglekunst voor aan  
de muur of versier een art journal met de  
leukste Zentanglecirkels. Ontdek de  
rustgevende kracht van Zentangle.

**Veel plezier!**



9 789043 917452

[www.kosmosuitgevers.nl](http://www.kosmosuitgevers.nl)



**K**  
KOSMOS

NUR 476

Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen