

# Inhalt

Zentangle® für Einsteiger	6
Zentangle – die meditative Zeichenmethode	8
10 Gründe, um mit Zentangle zu beginnen	10
Was Sie für den Zentangle- Start benötigen	12
Quickstart: Zur ersten Kachel in acht Schritten	14
Wie geht es weiter? Rahmen, Faden und Schattierungen	26
Tangles für jede Gelegenheit	30
Die Ursprünge der Muster	32
Tangles kombinieren	34
Klassische Tangles	36
Bordüren-Tangles	96
Frei stehende Tangles	102

Weitere Möglichkeiten mit Zentangle®	110
Schwarze Kacheln	112
Renaissance-Kacheln	114
Zendalas	116
Weitere Kachelformate	118
Zentangle Inspired Art auf Papier	120
Zentangle Inspired Art über das Blatt hinaus	122
Vorlagen	124
Service	126
Impressum	128