

51 motifs Zentangle® inspirants pour se relaxer en dessinant



Par Gisèle Tchinda, alias Jijihook (<https://www.jijihook.fr/>)
CZT, Enseignante Certifiée de Zentangle®

Ce document est destiné à une utilisation privée. Merci de ne pas le diffuser mais plutôt de diriger les personnes intéressées vers mon blog afin qu'elles puissent elles-mêmes télécharger le guide.

SOMMAIRE

[Comment utiliser ces motifs ?](#)

[Motif #1 – Tipple](#)

[Motif #2 – Crescent moon](#)

[Motif #3 – Orlique](#)

[Motif #4 – Static](#)

[Motif #5 – Shattuck](#)

[Motif #6 – Flux](#)

[Motif #7 – Ravel](#)

[Motif #8 – Florz](#)

[Motif #9 – Opus](#)

[Motif #10 – Scena](#)

[Motif #11 – Gneiss](#)

[Motif #12 – Jetties](#)

[Motif #13 – Rixty](#)

[Motif #14 – Huggins](#)

[Motif #15 – Toodles](#)

[Motif #16 – Marasu](#)

[Motif #17 – Indy-rella](#)

[Motif #18 – Yumemi](#)

[Motif #19 – Molygon](#)

[Motif #20 – Organic](#)

[Motif #21 – Finery](#)

[Motif #22 – Printemps](#)

[Motif #23 – 'Nzeppel](#)

[Motif #24 – Sandswirl](#)

[Motif #25 – Poke Root](#)

[Envie d'inspirations supplémentaires et d'être guidée en vidéo ?](#)

[Motif #26 – Salo par Damy Teng](#)

[Motif #27 – Ynix](#)

[Motif #28 – Pepper](#)

[Motif #29 – Vitruvius](#)

[Motif #30 – Jongal](#)

[Motif #31 – Munchin](#)

[Motif #32 – Zander](#)

[Motif #33 – Zinger](#)

[Motif #34 – Well Well Who](#)

[Motif #35 – Mooka](#)

[Motif #36 – Doodah](#)

[Motif #37 – Ubud](#)

[Motif #38 – Quandary](#)
[Motif #39 – Rain](#)
[Motif #40 – Cyme](#)
[Motif #41 – Bronx Cheer](#)
[Motif #42 – Purk](#)
[Motif #43 – Sampson](#)
[Motif #44 – Avreal](#)
[Motif #45 – Yincut](#)
[Motif #46 – Paradox](#)
[Motif #47 – Cubine](#)
[Motif #48 – Fengle](#)
[Motif #49 – Brayd par Michèle Beauchamp](#)
[Motif #50 – Striping](#)
[Motif #51 – Arukas](#)
[Pour aller plus loin...](#)

Quand le dessin devient une méditation, un moment d'apaisement, de reconnexion à soi, la méthode Zentangle® n'est jamais bien loin.

Avec ses **8 étapes clés que je vous présente en détails dans cet article**, est bien plus qu'une méthode pour apprendre à dessiner des motifs. C'est un véritable **moment de pleine conscience**, où chaque trait demande une présence dans l'instant. On ne peut pas penser au résultat final ni regretter le trait qu'on vient de faire, évidemment vu qu'il n'y a pas d'erreur en Zentangle. Et **c'est ça qui est tellement apaisant**.

C'est cette méthode qui a transformé ma vie et celle de milliers de personnes, un trait après l'autre, une semaine après l'autre.

Voici **un document ressource** pensé comme une **bibliothèque de motifs Zentangle**, que vous pourrez explorer à votre rythme, en fonction de votre humeur, de votre temps, de votre envie.

J'ai sélectionné ici **50 motifs Zentangle** parmi ceux que j'ai le plus souvent utilisés dans ma pratique, en vous partageant à chaque fois une **illustration mise en contexte, mes conseils d'exploration, et un lien vers le pas-à-pas de référence**.

Comment utiliser ces motifs ?

Dans ce document les motifs présentés sont souvent mis en situation avec d'autres motifs ou avec de la couleur, parfois sous forme de variation. Je vous les montre de cette manière pour que vous puissiez vous rendre compte à quel point cette méthode est libre, et une fois qu'on connaît les bases, on peut se donner beaucoup de libertés.

La plupart des motifs présentés dans cet article sont des motifs « officiels » créés par Rick Roberts, Maria Thomas ([les créateurs de la méthode Zentangle](#)) ou d'autres membres de leur équipe/famille. Il est possible que j'en présente d'autres, dans ces cas je mettrai également la référence de la personne qui l'a créé.

Amusez-vous donc à transformer ces motifs, ajouter des petites variations, les mettre dans des situations totalement différentes, car en Zentangle un seul motif peut être dessiné de différentes manières, ce qui en fait une méthode illimitée en termes de possibilités.

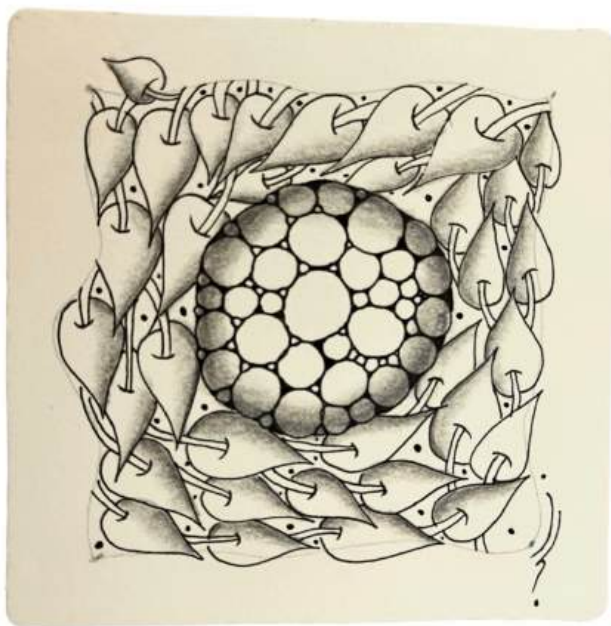
Je vous invite à les utiliser **sur le support de votre choix** :

- vous pouvez les intégrer dans un carnet ou des coins de page
- Vous pouvez les dessiner seuls ou accompagnés d'un autre motif
- Vous pouvez les combiner entre eux
- Les tester avec différents médiums.

Et bien sûr à tout moment si vous vous aller plus loin, je vous invite à aller suivre mon [cours gratuit d'initiation à la méthode Zentangle](#) qui vous donnera accès à 3 séances d'exploration en accès immédiat pour dessiner avec une enseignante certifiée.

50 Motifs Zentangle à explorer

Motif #1 – Tipple



Dans cette image, Tipple se trouve au centre et il est associé au motif Poke leaf qui l'entoure.

En 12 ans de pratique, je ne me suis jamais lassée de ce motif qui s'intègre facilement partout, aussi bien tout seul qu'associé à n'importe quel autre motif. Il s'invite sur papier, dans des carnet, sur des toiles, en couleur ou noir et blanc, et tellement facilement à chaque fois !

Conseil : ce motif peut vraiment être intégré partout, alors aucune limite à son utilisation et n'hésitez pas à le dessiner des dizaines de fois avec différentes associations de motifs pour le redécouvrir à chaque fois.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #2 – Crescent moon



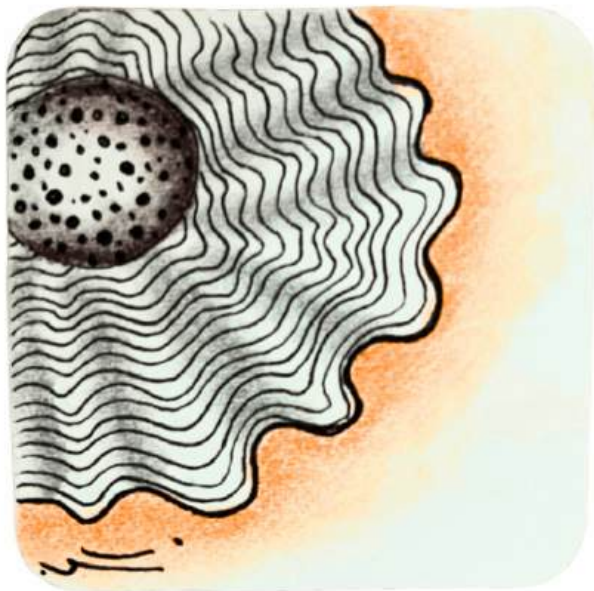
Dans cette image Crescent Moon est dessiné sur un mini carré de papier (format bijou de 5 x 5 cm). C'est l'un des motifs les plus funs et les plus faciles à dessiner que je connaisse. Normalement on commence par des formes noires arrondies qui ressemblent à des petites coccinelles (ici je les ai remplies de points pour faire une variation), et ensuite on dessine des auras autour des formes déjà dessinées, en allant vers l'intérieur de l'espace. Le relief de ce motif se forme naturellement et à la fin on a juste à l'accentuer en posant des ombres.

C'est un motif qui peut se dessiner facilement tout seul. On peut tout à fait l'associer à d'autres motifs bien sûr, mais il se suffit aussi à lui-même tout seul.

Conseil : dans un premier temps, utilisez ce motif tout seul ou comme bordure d'une page de ton carnet, il fera toujours son petit effet de cette manière. Vous verrez aussi plus bas un exemple où il est associé à un autre motif.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #3 – Orlique



Dans sa forme de base, le motif Orlique est uniquement composé de lignes qui se suivent, comme de simples auras. On commence par faire une ligne ondulée, ensuite on a juste à enchaîner avec d'autres ondulations qui suivent la première qu'on a dessinée. On se retrouve vite avec des jolis creux pour y déposer nos ombres et accentuer le relief naturel du motif.

Dans la version ci-dessus j'ai voulu faire une variation de ce motif en mode « fleur » car mes ondulations entourent une forme centrale libre. Je me suis aussi amusée à y poser de la couleur avec un crayon pastel sec orangé. [Vous trouverez des inspirations pour utiliser la couleur en Zentangle dans cet article.](#)

Conseil : ce motif fonctionne très bien tout seul, en noir et blanc, en restant dans le moment présent et en se concentrant juste sur le fait d'enchaîner des

lignes l'une après l'autre. Il crée de très belles textures et s'associe aussi très bien à d'autres motifs. C'est le genre de motifs qu'on gagne à dessiner des dizaines de fois pour le découvrir sous différents aspects auxquels on n'aurait pas pensé.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #4 – Static



Static, c'est ce motif qui ressemble à un éclair qu'on voit au centre de ce carré. Il suit un peu le même principe qu'Orlique, mais au lieu d'avoir des lignes douces et ondulées, on a plutôt des lignes droites qui créent un zigzag. On commence à faire un premier zigzag, les suivants sont juste dans la continuité du tout premier qu'on a dessiné.

Ce motif m'évoque parfois des émotions fortes, sans doute à cause de son côté "électrique". J'ai remarqué au fil des années que chaque motif évoque

souvent des sensations différentes selon les personnes et selon les moments où on les dessine.

Dans cet exemple, il est dessiné sur du papier transparent TranslucenZ (image extraite de mon atelier approfondi « [tangles en transparence](#) »). Ce papier transparent permet de jouer avec la couleur et de regarder son dessin sur 2 faces avec un rendu différent à chaque fois. Les ronds qui l'entourent sont dessinés au feutre gel bleu.

Conseil : c'est un motif très simple qu'on ne choisit pas forcément en premier dans une liste de motifs, mais je vous inviterais à lui donner sa chance et à l'explorer sur différents formats, pourquoi pas avec des couleurs discrètes, il pourrait vous surprendre et devenir votre préféré !

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #5 – Shattuck

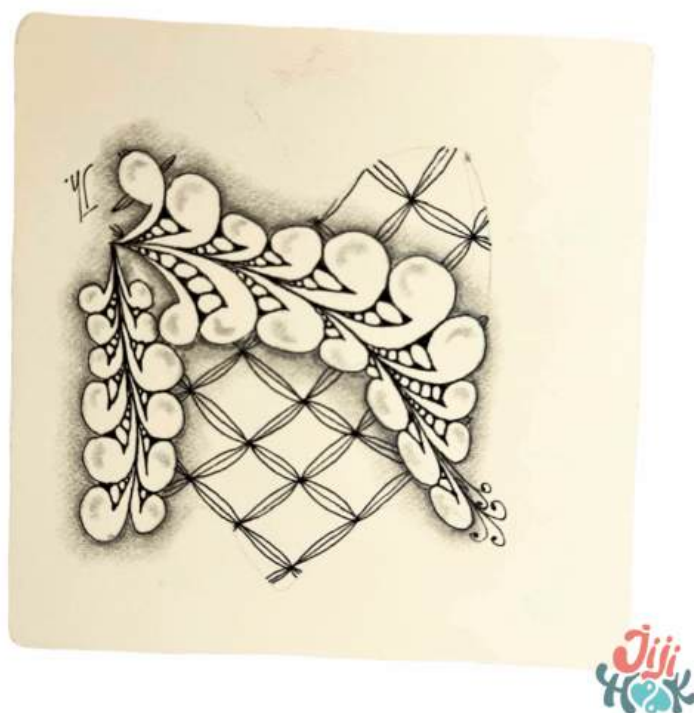


Shattuck est un motif assez simple, parfait pour débutant. Il est composé d'un enchaînement de lignes, souvent arrondies dans sa forme de base. Dans l'exemple ci-dessus je me suis lâchée avec la couleur sur du papier beige (papier Zentangle couleur renaissance) et j'ai collé une image de soleil au centre. Shattuck est utilisé ici comme une bordure, et c'est souvent son utilisation la plus simple.

Conseil : même si ce motif est parfait pour construire des lignes droites et bordures, il offre aussi une magnifique texture en jouant sur les ombres et lumières, alors pourquoi pas remplir des pages ou tuiles Zentangle en enchaînant plusieurs lignes de Shattuck ? Ça pourrait faire un magnifique effet texturé.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #6 – Flux



Ce motif organique est l'un de mes préférés. Il existe deux versions du motif, l'une par Rick Roberts, l'autre par Maria Thomas (c'est sa version à elle que j'ai dessinée mais j'adore les deux versions qui offrent des rendus tout aussi différents que charmants). Dans cette image il est associé au motif Bales qui est dessiné en fond.

Ce motif m'évoque la nature. Je le trouve magnifique en noir et blanc et c'est aussi le type de motif qui peut être exploré en couleur très facilement pour créer différents effets.

Conseil : Fluxi « pousse » naturellement quand on le dessine, comme une jolie plante, mais il est parfait aussi pour dessiner des bordures. N'hésitez pas à le « diriger » pour l'amener où vous voulez, sinon c'est lui qui décidera à chaque fois, ce qui est un bel exercice de lâcher prise aussi  Dans tous les cas, au fil de votre pratique, vous verrez que vos trait et motifs décident de leur trajectoire tout seuls, même en essayant de les contrôler, mais c'est encore plus flagrant pour Flux.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #7 – Ravel



Le premier mot qui me vient à chaque fois que je croise ce motif c'est « élégance ». Il est composé de lignes ondulées qui partent d'une petite forme ronde pour aller rejoindre une autre forme ronde la plus proche. C'est cet enchaînement de lignes qui créent cette jolie texture pleine de relief.

Dans la photo ci-dessus, il est mis en scène sur un papier coloré (couleur renaissance), dessiné avec un feutre de précision rose et il y a aussi du jaune déposé au crayon pastel.

Conseil : pas besoin d'aller aussi loin dans les couleurs quand vous le dessinez. Ce motif se suffit vraiment à lui-même tout seul, en noir sur blanc, même s'il peut être aisément associé à d'autres motifs. J'adore utiliser des couleurs pour les explorations mais vous pouvez réserver ce type d'exploration pour un second temps, une fois que vous êtes bien familiarisés avec ce motif dans sa version classique.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #8 – Florz



Ici Florz est le motif de droite, juste à côté de ma signature. Il est associé aux motifs Molygon et Verve (créé par JJ LaBarbera). Florz porte bien son nom car il a été inspiré par le sol de la cuisine des créateurs de la méthode Zentangle. Il s'associe très facilement à d'autres motifs. Adapté pour débiter, il est très accessible par sa simplicité qui le rend parfait pour s'associer à d'autres motifs sans leur faire de l'ombre. Même si au fond je pense que tous les motifs Zentangle peuvent s'associer entre eux sans limitation.

Dans la version ci-dessus, j'ai ajouté des petites auras à l'intérieur de chaque carré (ou losange selon le point de vue), ce qui lui ajoute un petit effet de texture en plus.

Astuce : j'adore dessiner ce motif en arrière plan. Je le trouve très intéressant pour « soutenir » un autre motif qui se suffit déjà à lui-même mais auquel on voudrait donner un « fond » intéressant. Bref il habille n'importe quelle tuile très facilement.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #9 – Opus



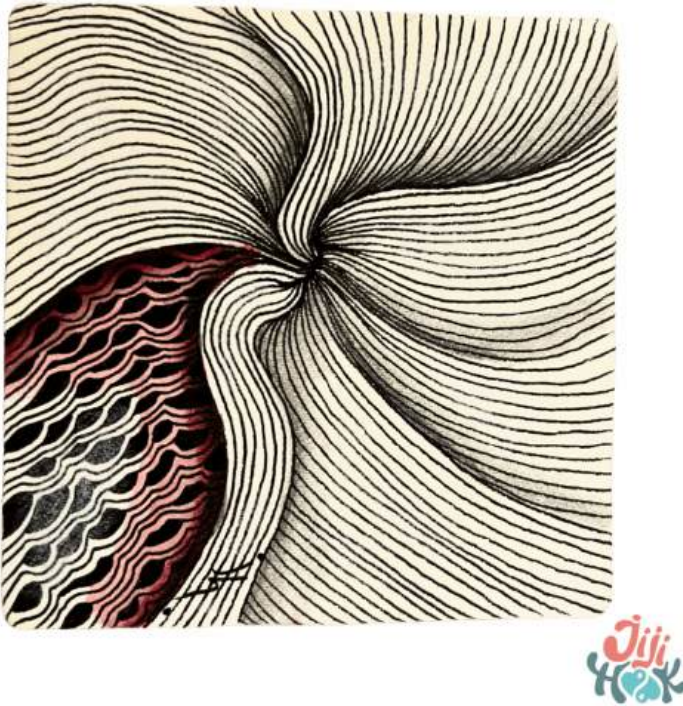
Quand j'enseigne ce motif j'entends souvent « ouh la la il est dur celui-là ». C'est le motif central dans l'image ci-dessus (ici il est associé à Hollibaugh qui l'entoure).

Il part d'une forme de base composée de sortes de branches, à l'intérieur desquelles on dessine ensuite une aura remplie de ronds.

Conseil : le secret avec ce motif est de prévoir toujours suffisamment d'espace entre les « branches » car si elles sont très serrées entre elles on n'arrivera pas à faire nos auras et ronds. Penser aussi à prendre un feutre très fin. Et surtout se rappeler qu'en Zentangle il n'y a pas d'erreur ! C'est normal de ne pas avoir le rendu qu'on voudrait dès le premier essai (comme à peu près toute nouvelle chose qu'on teste dans la vie), ce motif gagne donc à être dessiné au moins une bonne dizaine de fois pour s'y habituer et l'appivoiser.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #10 – Scena



Scena, c'est le motif composé de lignes sur cette image (en rouge on a un autre motif qui s'appelle Diva Dance). Je le trouve tout simplement grandiose. Il part d'un principe simple qui est de dessiner une forme de départ et ensuite de faire plusieurs lignes qui partent du même point de départ. Jusqu'au moment où on change d'orientation en créant une nouvelle ligne, et le même processus est repris à l'infini (en dessinant les prochaines lignes en partant du même nouveau point de départ).

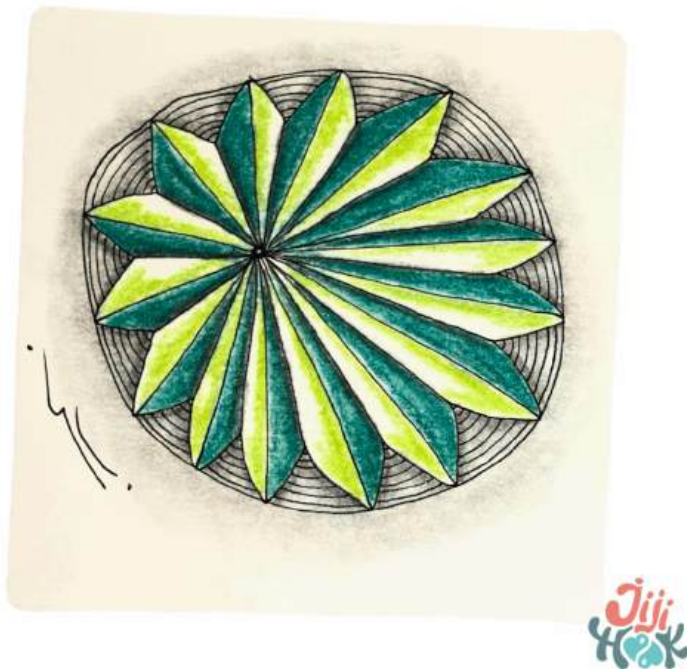
Je sais ce n'est sans doute pas très clair si vous ne l'avez jamais dessiné, c'est pour cette raison que rien ne vaut un cours vidéo pour se laisser guider.

Pensez bien à aller suivre le cours d'initiation au Zentangle qui vous donnera immédiatement **accès à des vidéos pour dessiner avec moi.**

Conseil : quand on dessine Scena, c'est vraiment primordial d'être dans l'instant présent et d'avancer pas à pas, une ligne après l'autre. Ça n'aide pas du tout de se projeter ou d'essayer d'obtenir un rendu particulier. Dessinez chaque ligne l'une après l'autre en suivant le processus, et à la fin vous serez toujours agréablement surpris du résultat.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #11 – Gneiss



Gneiss se suffit totalement à lui-même. Il n'a pas forcément besoin de s'associer à d'autres motifs, même si c'est évidemment tout à fait possible. Si vous le dessinez pour la première fois, privilégiez de le faire en noir et blanc pour bien comprendre sa construction.

Si vous souhaitez l'explorer en couleur, faites-le seulement dans un second temps.

N'hésitez pas à tester différentes couleurs de papier aussi, sans forcément colorer le motif lui-même.

Personnellement, Gneiss ne fait pas partie de mes motifs préférés, mais j'aime le dessiner de temps en temps pour voir ce que je peux découvrir de nouveau. J'aurai peut-être un déclic un jour avec lui mais pour l'instant ce n'est encore jamais arrivé 

C'est ça qui est magique avec la méthode Zentangle. Elle nous ouvre plein de portes qu'on peut choisir d'ouvrir, de fermer, et d'ouvrir à nouveau ensuite. Un terrain d'exploration infini pour notre créativité.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #12 – Jetties



Jetties est l'un des motifs les plus festifs que je connaisse (avec le motif AHH qui est dessiné autour de Jetties dans l'exemple ci-dessus). Il est composé de grandes boules qui me font littéralement penser à des boules de Noël.

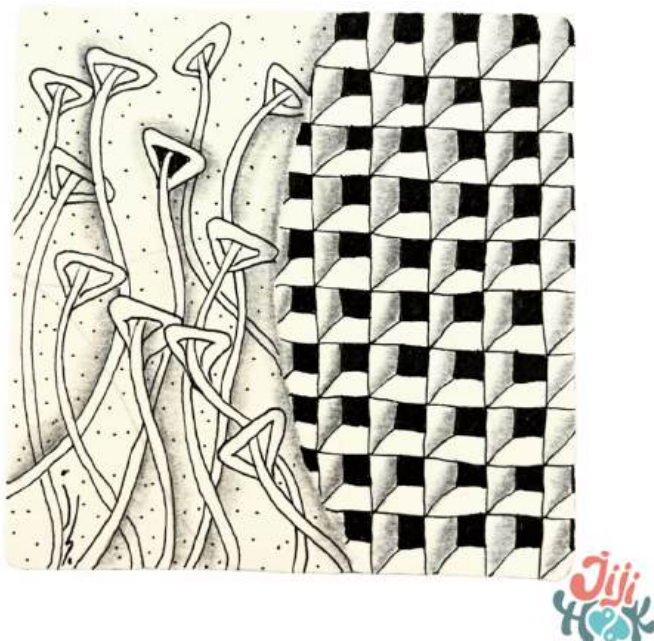
C'est donc toujours avec beaucoup de joie que je le dessine, il me fait aussi penser à des billes, bref quelque chose en lui m'évoque le jeu.

Je le trouve tout aussi joyeux en noir et blanc qu'en couleur. Il offre beaucoup de possibilités d'exploration alors si pour vous aussi il est joyeux, n'hésitez pas à le dessiner encore et encore de différentes manières.

Astuce : comme vous pouvez le voir dans l'image ci-dessus, Jetties est composé de grandes boules sur lesquelles on dessine des bandes centrales. Pensez à faire ces bandes centrales suffisamment grandes pour pouvoir y intégrer les petits éléments supplémentaires. Lorsque la boule est très petite, pas besoin d'y ajouter ces éléments supplémentaires.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #13 – Rixty



Rixty est dessiné dans sa forme la plus simple sur cette image à gauche (à droite on retrouve Cubine que je vous montrerai en détails dans mon prochain

article). Très organique, Rixty « pousse » tout seul, un peu comme Flux. On ne sait jamais exactement où il nous amène mais il nous y amène très sûrement.

On peut le dessiner très simplement comme sur l'image ci-dessus, ou alors l'amener beaucoup plus loin en dédoublant les formes triangulaires qui le composent, ça crée alors de jolis bouquets et formes organiques très dynamiques.

Conseil : allez voir le pas à pas pour découvrir certaines possibilités qu'offre ce motif, et comme pour la plupart des motifs, c'est très important de le dessiner plusieurs fois pour l'explorer en profondeur. En 12 ans de pratique, je n'ai toujours pas l'impression d'avoir fait le tour de ce motif, car je ne le dessine pas aussi régulièrement que d'autres.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #14 – Huggins



Huggins est un vrai florilège de formes et de rendus extrêmement différents à lui tout seul. Dans l'exemple ci-dessus je l'ai dessiné sur la même tuile dans 2 versions différentes et on a presque l'impression qu'il s'agit de 2 motifs différents.

Il peut se dessiner de façon brute, en noir et blanc, mais on peut aussi y ajouter assez facilement des fragments qui vont contribuer à transformer totalement son aspect. Ce sont des techniques que nous voyons en détails dans mes cours « avancés » de Zentangle.

Conseil : c'est un motif qui aide beaucoup à la concentration car on est obligés d'être à 100% présents quand on le dessine, au risque de perdre le fil très rapidement. Alors restez bien présents quand vous le dessinez.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #15 – Toodles



Toodles est un joli motif organique que j'adore. Il ressemble à de grandes feuilles et ses explorations sont quasiment illimitées. Je le trouve aussi beau en noir et blanc qu'avec des couleurs ou sur fond noir. À chaque fois il se présente sous un nouveau jour, presque méconnaissable d'une version à l'autre.

Dans l'image ci-dessus il est dessiné avec Tipple (présenté plus haut), mais on peut bien sûr l'associer à autant de motifs qu'on le souhaite.

Astuce : Toodles fait partie de ces motifs qu'on ne peut pas vraiment « maîtriser ». Ça devient plus facile de le dessiner quand on lâche le contrôle et qu'on accepte le rendu qui apparaît. Pas besoin de rechercher une forme de « feuille » particulière, le Zentangle est une pratique abstraite justement pour cette raison. Les motifs ne sont pas censés représenter des choses existantes, alors détachez-vous d'un rendu spécifique (par exemple pas besoin que vos Toodles ressemblent absolument à ceux que je dessine) car tous les Toodles sont uniques.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #16 – Marasu



Comme Scena, pour moi Marasu est tout simplement un motif grandiose. C'est cette espèce de grande spirale qu'on peut voir en fond sur l'image ci-dessus (associé à une variation de Arukas).

Quand on le dessine, au début on a l'impression de dessiner quelque chose de très simple, une spirale qu'on remplit ensuite peu à peu de noir. Mais la magie opère au moment où on vient poser les ombres et lumières, à ce moment il semble se détacher du papier pour prendre vie. C'est toujours un plaisir de dessiner ce motif à la fois très simple et très vivant.

Conseil : quand vous décidez de dessiner ce motif, allez vraiment au bout du processus. Ne laissez pas de côté l'étape des ombres et pensez à poser une belle touche de lumière à l'intérieur de votre spirale, c'est ça qui la fera ressortir au maximum.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #17 – Indy-rella



Dans l'image ci-dessus, Indy-rella c'est ce motif central tout doux qui ressemble à des petits poissons qui bougent (je me suis bien amusée à l'explorer en détails dans **mon atelier « tangles aquatiques »**). Ici il est associé au motif Braze. C'est le genre de motif qui se dessine encore et encore sur différents formats et qui à chaque fois offrent un rendu extrêmement différent.

Impossible de savoir à l'avance où vont se diriger ces formes vivantes. On peut juste avancer un trait après l'autre et observer ensuite ce qui s'est créé presque tout seul sous nos yeux.

Conseil : dessinez Indy-rella le pas à pas, d'abord sur papier blanc avec un feutre noir. Vous pouvez par exemple prendre un tout petit carré de papier (format bijou) pour démarrer. Si besoin, dessinez-le plusieurs fois de cette manière pour observer les différentes directions que prend votre motif, et

ensuite vous pourrez l'associer avec d'autres motifs et/ou l'explorer en couleur ou sur du papier coloré. Ça rendra votre exploration très évolutive et fluide.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #18 – Yumemi



Yumemi est un motif créé par Shie Naritomi CZT. Normalement les motifs Zentangle ne sont pas représentatifs, mais on ne peut que penser à une fleur quand on dessine celui-ci. Je l'adore car il est hyper simple et en même temps vraiment adapté à la pratique du Zentangle car il est plein de surprises et très fluide à dessiner.

Je trouve qu'il fait autant d'effet en noir et blanc qu'en couleur. C'est donc un motif parfait pour explorer sa créativité librement

Astuce : n'hésitez pas à associer Yumemi à au moins un autre motif quand vous le dessinez, ça vous permettra de faire plus de découvertes et de voir tous les jolis effets qui se cachent derrière l'apparente simplicité de ce motif.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #19 – Molygon



Molygon est un assemblage de formes de croissant de lunes aussi riche à dessiner que Huggins dont je vous ai parlé plus haut.

Dans l'exemple ci-dessus, il est un peu sorti du contexte « classique » Zentangle vu qu'il est associé à un dessin représentatif (photo extraite de [l'atelier « Nuit tanglée »](#), mais c'est une belle illustration des libertés qu'on peut prendre dans sa créativité en partant d'une base. Une fois qu'on a bien

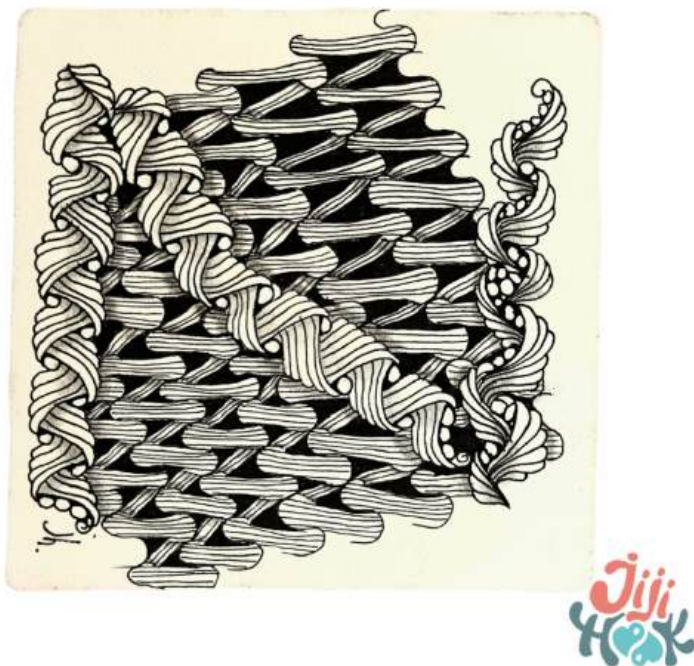
pris le temps d'appréhender la méthode Zentangle de base (rendez-vous [dans ce cours d'initiation gratuit](#) pour cela), c'est tout plein d'univers différents qui s'ouvrent à nous dans notre créativité, notamment avec l'art inspiré du Zentangle.

Bref, Molygon peut être dessiné dans sa forme de base en noir sur blanc (comme dans l'image du motif 8 Florz de cet article auquel il est associé très simplement et sobrement). On peut aussi utiliser ce motif pour y intégrer différents fragments et à chaque nouvel essai c'est une magnifique découverte qui donne à Molygon une toute nouvelle dimension.

Conseil : amusez-vous d'abord à dessiner Molygon dans sa forme de base pour le comprendre, et ensuite utilisez-le avec plein de fragments différents. C'est un champ de possibilités infini qui s'ouvrira à vous.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #20 – Organic



Organic motif organique qui porte bien son nom. Dans l'image ci-dessus, il est associé au motif Peanuckle qui est assez avancé et que nous explorons en détails dans [l'atelier « encres colorées »](#).

Comme pour le motif « Opus » que j'ai présenté plus haut, quand j'enseigne Organic j'entends souvent « *je n'y arrive pas, ce motif m'énerve, impossible de maîtriser ces formes* ». Et pourtant en pratiquant, en le dessinant plusieurs fois, j'observe que l'attitude change autour de ce motif.

Mon conseil pour vous est donc de ne jamais vous arrêter à un seul essai, et de ne surtout pas vous accrocher à un rendu spécifique que vous voudriez obtenir. Laissez-le évoluer comme il veut, un trait après l'autre, et au bout de quelques essais vous commencerez à découvrir votre propre manière de le dessiner. C'est un motif qui fonctionne bien en ligne droite ou en bordure.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #21 – Finery



Finery porte lui aussi très bien son nom grâce à la finesse qu'il dégage. Pour démarrer, il vaut mieux toujours le dessiner en noir sur papier blanc, même si je vous montre dans l'image ci-dessus une exploration sur papier noir qui lui donne un tout autre rendu.

Le papier noir est vraiment magique pour certains motifs, et ça vaut vraiment la peine de creuser cette utilisation. C'est pourquoi j'ai inclus tout un module de dessin sur papier noir dans mon parcours débutant approfondi de Zentangle.

Conseil : pour Finery, il suffit de suivre les étapes pas à pas, d'abord sur papier blanc. N'hésitez pas à le dessiner tout seul et plusieurs fois pour bien l'appréhender. Et ensuite amusez-vous à poser quelques couleurs, à changer le papier, et pourquoi pas à l'associer à d'autres motifs. Même s'il fait partie des motifs qui se suffisent à lui-même, il est aussi très intéressant à explorer en association avec d'autres motifs (la ficelle, dont je parle dans mes [cours d'initiation gratuits](#), vous aidera beaucoup pour ça).

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #22 – Printemps



J'aurais pu commencer cette liste par lui. Printemps, c'est un assemblage de spirales qui est parfait quand on débute avec la méthode Zentangle. Il fonctionne super bien en noir sur blanc et est parfait pour apprendre ses premiers effets de superpositions. On lui donne aussi du relief très facilement grâce aux ombres.

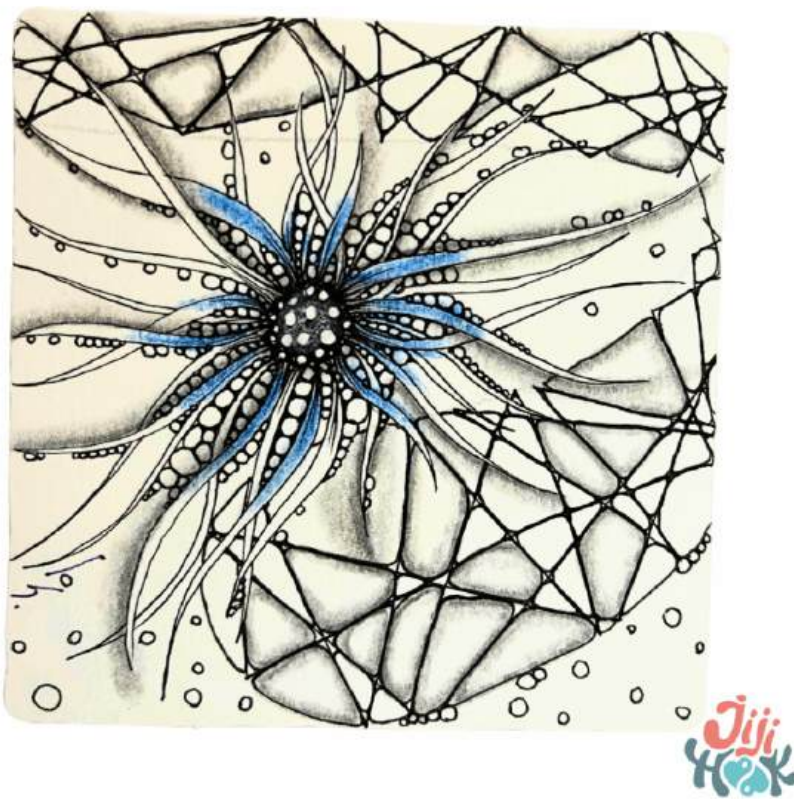
Il fait partie des motifs que je ne me lasse pas de dessiner très régulièrement depuis 12 ans. Comme pour Tipple que j'ai mentionné plus haut, il y a toujours une place pour un ou plusieurs Printemps dans une création. Il s'invite aussi très bien dans des créations colorées, et même sur des toiles.

Conseil : gardez ce motif sous le coude pour agrémenter toutes vos créations, quel que soit le support et le format. Et si vous avez l'impression d'avoir du mal à dessiner ces spirales, abandonnez la volonté de contrôler ce motif. Il aura

toujours un rendu unique selon la personne qui le dessine, et qu'il soit très petit, hyper grand, avec des traits tremblants ou affirmés, il aura toujours une aura très particulière et agréable à regarder. Pour moi, il est l'illustration parfaite du « no mistakes » propre à la pratique du Zentangle.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #23 – Nzeppel



Nzeppel c'est le motif en fond qu'on peut voir sur l'image ci-dessus, celui qui ressemble un peu à des petites pierres ou pavés. Dans cette photo il est associé au motif Squid qui est lui aussi très riche à explorer.

En fait, ce que j'ai dessiné est plutôt une variation qui s'appelle Crazy 'Nzeppel et qui permet ces formes plus libres, même si dans tous les cas on retrouve dans ce motif cet effet très texturé qui rappelle un chemin de pavés.

Conseil : sous ses airs hyper simples et basiques, c'est un motif hyper riche qui gagne à être exploré de différentes manières et sur différents papiers. Vous serez étonnés à chaque fois que vous le testerez sur un nouveau support ou avec une nouvelle technique, alors ne vous limitez pas à le dessiner une seule fois.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #24 – Sandswirl



Créé par Karry Heun, Sand Swirl est un motif auquel je pense rarement, ce n'est jamais le premier qui me vient en tête. Pourtant il est super joli et très intéressant visuellement. Il crée de très belles textures, comme dans l'exemple ci-dessus qui est tiré du project pack numéro 18 de la marque Zentangle. Ici il est associé à un autre motif plus gros qui semble être une variation du motif Pepper.

Conseil : vous pouvez dessiner ce motif très facilement tout seul, il a beaucoup de relief et saura occuper l'espace avec élégance. En association avec d'autres motifs, il peut être parfait pour créer un effet de texture en fond ou à l'intérieur d'un motif.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #25 – Poke Root



Quand j'enseigne ce motif, on me dit souvent qu'il fait penser à des petits champignons, parfois à des cerises. En tous cas c'est un motif très organique qui évoque la nature et qui est très facile à dessiner (parfait pour débiter).

Dans la photo ci-dessus, il est associé à Crescent Moon que je vous ai présenté plus haut. Comme on peut le voir, il fonctionne très bien dans des

tuiles hyper simples, il n'a pas besoin de beaucoup « d'embellissements » pour bien ressortir.

Et paradoxalement, il est aussi très adapté pour d'autres explorations beaucoup plus colorées, sur différents papiers et même sur toile. Bref c'est l'un des motifs que j'ai le plus dessiné au fil de mes années de pratique et dont je ne suis toujours pas lassée.

Conseil : sous son apparente grande simplicité, Poke Root est un motif très riche que je vous invite à explorer en profondeur grâce aux variations et différents embellissements qui existent en Zentangle. En changeant uniquement la façon de l'ombrer, il ressortira déjà très différemment, donc amusez-vous à fond avec lui et n'hésitez pas à l'incruster encore et encore dans tous types de créations.

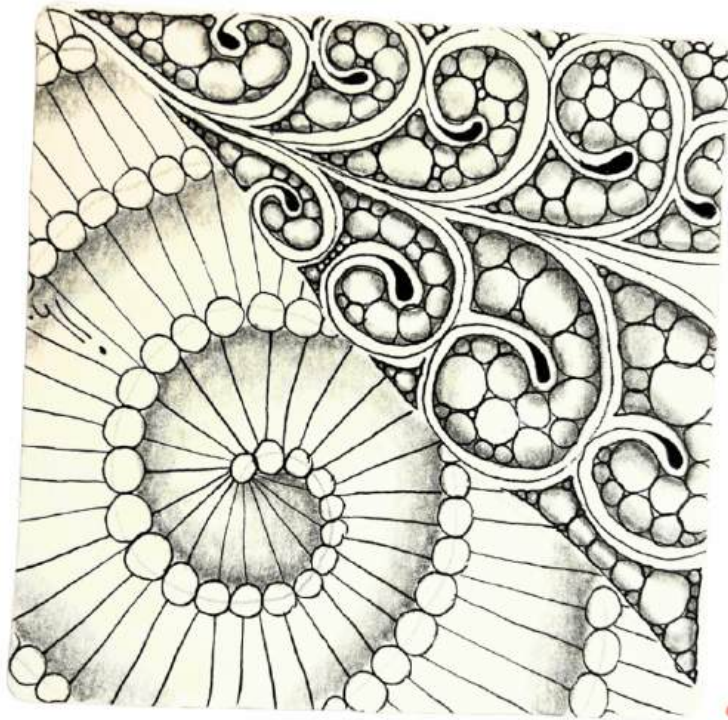
[Lien vers le pas à pas](#)

Envie d'inspirations supplémentaires et d'être guidée en vidéo ?

Je vous donne rendez-vous dans le cours gratuit « 3 jours pour se relaxer et se recentrer grâce à la méthode Zentangle ».

→ [Cliquez ici pour suivre ce cours dès maintenant.](#)

Motif #26 – Salo par Damy Teng



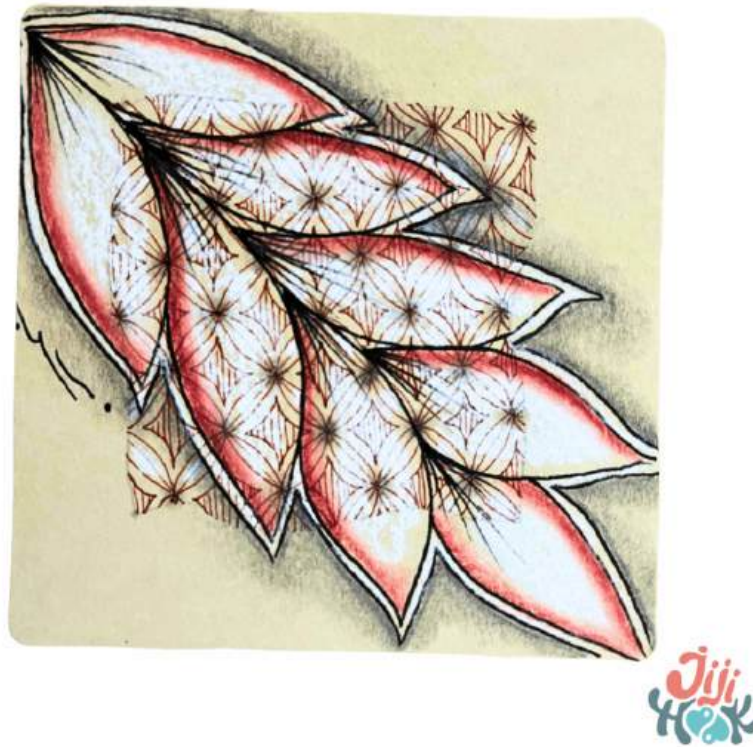
Ce motif Salo créé par Damy Teng est un vrai plaisir à dessiner avec sa forme en spirale qui me fait penser à un escalier en colimaçon. Ici il est associé à Opus que nous avons vu dans [le précédent article](#).

Même s'il fonctionne très bien aussi avec la couleur, je trouve que ces deux motifs ressortent très bien en noir et blanc et c'est une belle matière d'explorer leur relief facilement.

Conseil : Salo gagne vraiment à être dessiné de différentes manières. Je trouve qu'il ressort bien même sans ombres ni lumières, alors pourquoi pas l'explorer avec différents médiums en toute liberté ? Par exemple avec un style gel blanc sur fond coloré.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #27 – Ynix



Ynix est l'un de mes motifs préférés. Le genre de motifs organiques qui grandit tout seul, et ne demande pas beaucoup de réflexion quand on le dessine. Ici il a un aspect un peu spécial car il est dessiné en transparence sur un autre motif (Bales) dessiné en fond, le tout sur papier coloré beige (couleur Renaissance).

Astuce : Nous explorons en détails ce type de technique en transparence dans mes parcours avancés de Zentangle, mais vous pouvez tout à fait dessiner ce motif Ynix tout seul, sans association avec d'autres motifs, avec ou sans couleurs. À chaque fois vous ferez de très belles découvertes sur les rendus possibles.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #28 – Pepper



Pepper est un motif assez simple qui se construit dans une forme de départ ronde. Je vous le montre dans sa forme de base dans [cette vidéo](#) sur la chaîne YouTube. Dans l'image ci-dessus il est dessiné avec un **fragment** en variation. J'ai écrit des mots tout autour pour m'ancrer dans une belle vibration quand je le dessinais. C'est une technique que je vous montre dans mon [cours gratuit de Zentangle](#).

Conseil : il fait partie des motifs Zentangle qui se suffisent à eux mêmes et qui sont faciles et rapides à dessiner. Parfait si on manque de temps, on vient juste dessiner un petit motif Pepper sur un carré de papier, avec quelques ombres et le tour est joué pour une relaxation express.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #29 – Vitruvius



Ce joli motif me fait penser à un jardin fleuri de roses. Il est construit à partir de formes géométriques et offre pourtant un aspect plutôt organique. Dans l'image ci-dessus il est dessiné sur un fond coloré et associé à un oiseau (extrait de mon atelier « [oiseaux tanglés](#) »)

Conseil : la façon la plus simple de dessiner ce motif est de se focaliser sur une seule étape après l'autre. On commence par un rond, dans lequel on dessine un carré, dans lequel on dessine ensuite un rond, etc... pas besoin de se focaliser sur le rendu final quand on le dessine, mais petit à petit des merveilles se forment.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #30 – Jonqal



Jonqal c'est ce motif plein d'encre noir qui est dessiné à côté de Toodles (Toodles nous avons vu dans [le précédent article](#)). Il fait partie de ces motifs qui forment un très joli relief comme par magie des qu'on vient y déposer des ombres. Ici il a un petit effet plié grâce aux ombres qui sont déposées d'un seul côté.

Conseil : Je trouve que ce motif se marie à merveille avec d'autres motifs, amusez-vous donc à l'associer à plein de styles de motifs différents !

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #31 – Munchin



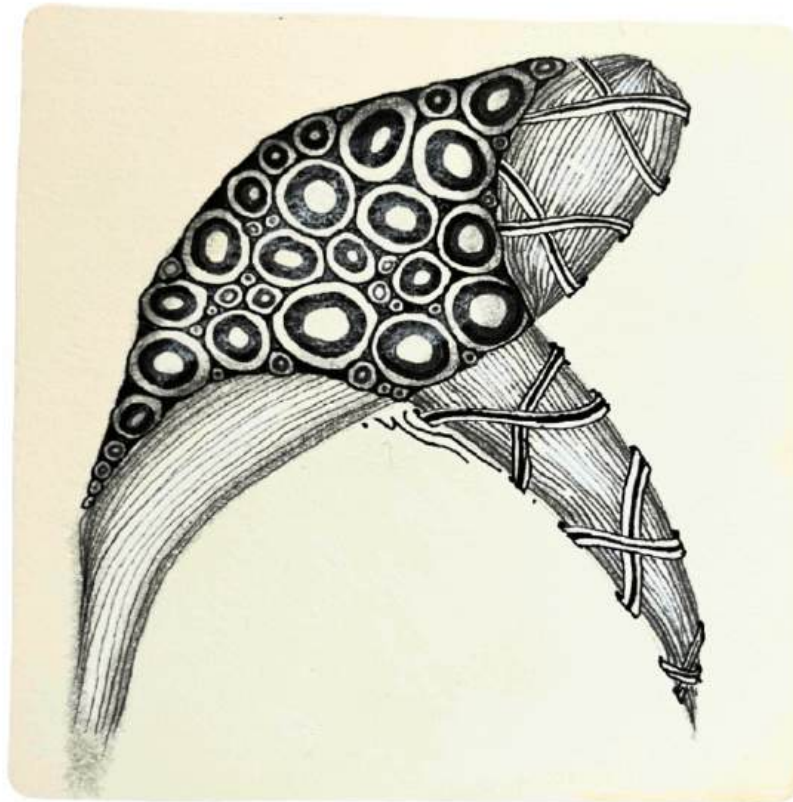
Munchin est un motif qui a été créé « par erreur » par Molly Hollibaugh lorsqu'elle essayait de dessiner Paradox (qu'on voit plus bas) sans y arriver. C'est un merveilleux exemple de la philosophie du « no mistakes ». Aucune erreur n'est possible en Zentangle, c'est juste des opportunités d'apprendre et ici ça a carrément permis de créer un nouveau motif à part entière.

Ici il est dessiné sur papier gris et mis en relief avec des vraies Neocolor.

Conseil : on ne sait jamais exactement où on va avec Munchin, et c'est qui fait tout son charme. On peut remplir tout une tuile entière avec ces formes, ou alors le laisser grandir jusqu'à un certain point, puis s'arrêter. Il faut parfois apparaître des formes inattendues avec un petit effet origami.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #32 – Zander



Un motif accessible et qui permet d'obtenir des rendus exceptionnels, en jouant simplement avec le relief et les effets d'ombres et lumière. Dans l'image ci-dessus il est dessiné avec une variation du motif Tipple (motif 1 du [précédent article](#))

Astuce : commencez par faire une ficelle (trait libre et intuitif fait au crayon à papier) et ensuite laissez-vous surprendre par ce motif Zander en le dessinant dans les espaces vides. Vous obtiendrez à tous les coups des rendus inattendus et très raffinés.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #33 – Zinger



Zinger est le motif central ci-dessus qui ressemble à des petites plantes qui poussent. J'adore ce motif pour son aspect organique et joyeux, il me donne toujours la sensation que ses formes bougent.

Conseil : ce motif peut s'incruster partout dans vos créations, il est facile de venir à ajouter quelques petits Zinger qui se balade ou qui poussent, que vous soyez dans un grand carnet ou sur un tout petit carré de papier.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #34 – Well Well Who



Well Well Who est la suite logique de motifs Zentangle existants. Comme une trilogie palpitante qui a commencé avec le motif **Well**, qui a continué avec **Well Well Well** et qui s'est terminé avec Well Well Who qui donne carrément l'impression de se trouver face à des petits êtres vivants qui nous regardent avec leurs yeux tantôt implorants, tantôt intimidants. Ci-dessus il est dessiné sur un tout petit triangle et associé au **fragment**. J'ai ensuite ajouté une touche de crayon de couleur aquarellable jaune autour.

Conseil : à chaque fois que je dessine Well Well Who j'ai l'impression de donner vie à des petits personnages. Invitez-le sur différents supports et vous serez étonnés de ce qui peut apparaître. **Voici une vidéo dans laquelle je vous en montrais une version insolite**, et qui montre que même avec Well Well Well on peut déjà bien s'amuser.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #35 – Mooka



Dessiné ici avec Shattuck (motif 5 du [précédent article](#)), Mooka est composé de formes libres qui viennent comme « habiller » nos dessins.

Conseil : Mooka est parfait pour agrémenter n'importe quelle type de tuile, à utiliser sans modération dans vos créations !

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #36 – Doodah



Ici il est dessiné avec un feutre marron, ce qui lui donne cet aspect très clair et un peu diffus. C'est un motif qui crée de jolis effets texturés et en même temps très doux. Je ne sais pas vous mais quand je le regarde de près il me fait toujours penser à une fermeture éclair

Conseil : très facile à dessiner, ce motif apporte une touche de finesse à toutes vos créations. Sa discrétion permet de l'incruster partout où on le souhaite sans trop changer l'aspect général de notre tuile.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #37 – Ubud



Ubud c'est ce joli motif qui entoure la tuile ci-dessus, comme de jolies plantes qui s'entrelacent. Il ressemble un peu à Zinger que je vous ai montré ci-dessus, mais avec un aspect légèrement différent.

Conseil : amusez-vous librement avec ce motif. Il peut littéralement « pousser » partout dans vos créations, à la manière de Zinger, où vous pouvez lui donner un aspect un peu plus structuré en le dirigeant par exemple dans une bordure. Comme vous le savez il n'y a pas de limite en Zentangle donc écoutez toutes vos envies !

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #38 – Quandary

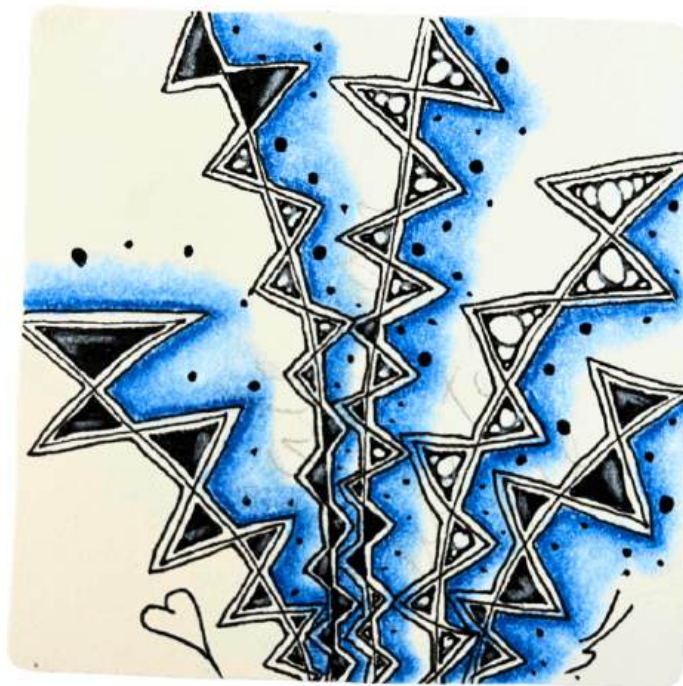


Quandary est ce motif qui se trouve presque au centre de la tuile ci-dessus et qui est composé de petites formes de grain de riz associés selon une séquence particulière. On les associe sous forme de triangle, sans jamais qu'elles se touchent, et leur évolution naturelle me fait souvent penser à une fleur de vie.

Conseil : ce motif est plein de simplicité. Pas besoin d'y mettre des ombres, il se suffit souvent à lui-même. Mais attention aux attentes que vous pouvez avoir ! Plutôt que de chercher à obtenir un rendu en particulier, dessinez-le étape par étape, un triangle après l'autre, et laissez-vous surprendre par ce qui apparaît, sans jugement.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #39 – Rain



Je vous montre ce motif Rain en vidéo sur [ma chaîne YouTube](#). Comme vous le verrez dans la vidéo il est hyper simple à dessiner. Et pourtant il fait toujours son petit effet.

Ici je l'ai dessiné avec un peu de couleur (crayon pastel bleu nuit) et j'ai incrusté quelques « Tipple » par endroits.

Conseil : très souvent il se suffit à lui-même, c'est le genre de motif que vous pouvez explorer à l'infini. Ne l'enfermez pas dans un seul rendu possible et laissez-le vous révéler ses différentes facettes en l'explorant sur différents formats et couleurs.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #40 – Cyme



L'un de mes motifs préférés ! Hyper simple, sa forme fleurie toute douce me fait du bien à chaque fois que je la dessine. On peut varier les différentes étapes pour obtenir des rendus légèrement différents à chaque fois.

Conseil : Ici j'ai rempli le centre des pétales au feutre noir et j'ai mis des touches de couleur rose. Quel sera le petit détail que vous voudrez changer quand vous le dessinerez ?

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #41 – Bronx Cheer



Dans cette tuile Bronx Cheer est dessinée tout en bas (les petites boules noires et lumineuses) aux côtés du motif Brayd que nous allons voir plus bas. J'adore son aspect si présent, il vient vraiment donner du pep's à tout type de création chaque fois qu'on l'invite.

Conseil : un motif à utiliser sans modération sur n'importe quel type de tuile, en noir et blanc ou en couleur. J'aime bien l'inviter partout, à la manière de Tipple.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #42 – Purk



Dès les débuts en Zentangle j'ai rapidement adopté ce motif. Vous le trouverez d'ailleurs détaillé dans mon parcours débutant de Zentangle. Il est plein de finesse mais aussi de relief. Et quelque soit la manière dont on le dessine, je le trouve magnifique.

Conseil : au début on peut vite se sentir limité par ce motif et l'enfermer dans sa forme d'origine, mais comme tous les motifs Zentangle il gagne à être exploré différemment, à chaque fois avec de légères variations. Vous serez surprise des rendus qu'il peut vous offrir

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #43 – Sampson



Samson me fait penser à une jolie plante avec de très grandes feuilles. Ci-dessus il est dessiné au feutre de précision bleu sur le coin en bas à droite, aux côtés de Munchin que nous avons vu ci-dessus et de 'Nzeppel présenté dans le précédent article.

Conseil : vous pouvez lui donner le rôle central d'une création et ajouter d'autres motifs en fond, je trouve qu'il fonctionne très bien tout seul ou en association avec d'autres. Bref comme pour tous les motifs Zentangle, ne vous limitez pas à un seul essai !

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #44 – Avreal

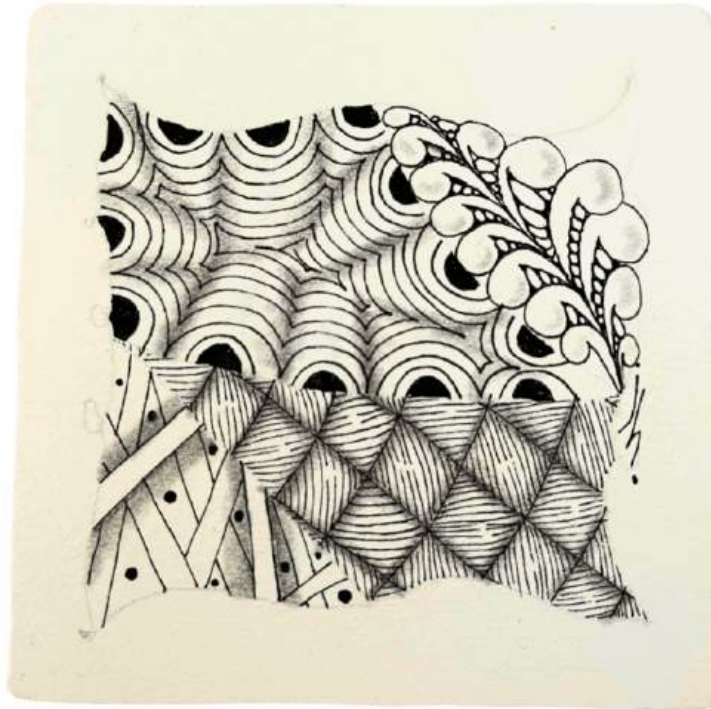


Avreal c'est la bande centrale de la tuile ci-dessus, ornée par de jolis losanges. Il fait partie des motifs que je dessine très rarement. Je pense que je ne l'ai pas dessiné plus de 2 fois en 12 ans de pratique, pourtant en regardant cette tuile je me dis qu'il est super joli ! Mais on a tous des relations différentes avec certains motifs, et c'est ok de ne pas spécialement accrocher, il en existe tellement !

Conseil : dans la tuile ci-dessus Avreal a été dessiné avec 3 autres motifs (Assunta, Aah et Amaze), et si ce motif était l'occasion d'en associer plusieurs ? J'aime cet aspect libre de la méthode Zentangle qui permet de faire plein d'association sans recherche particulière, découvertes assurées !

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #45 – Yincut

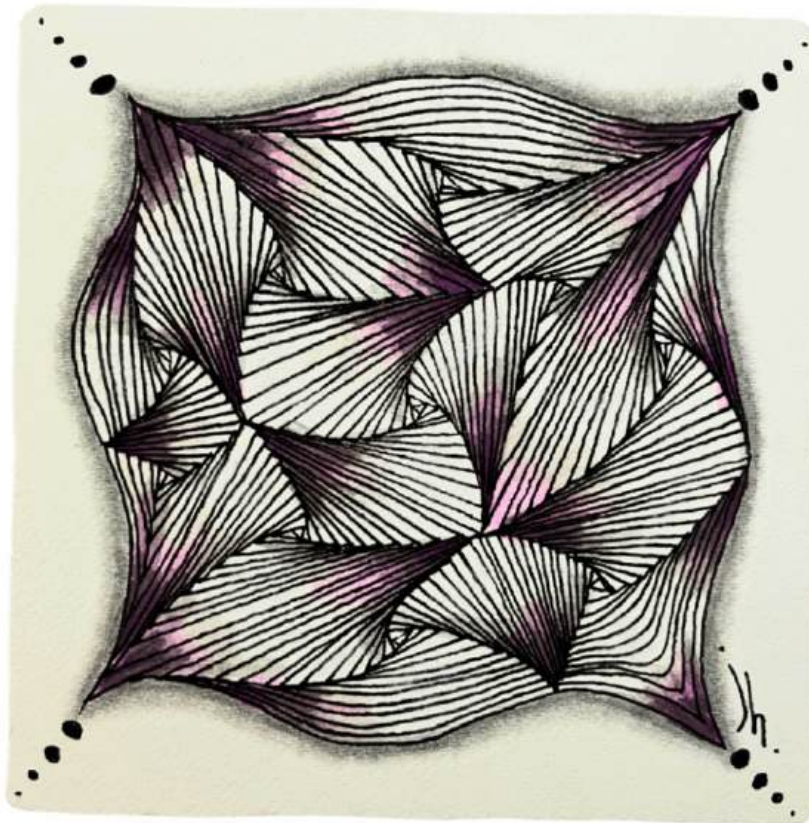


Yincut fait partie des motifs qui se construisent sur une forme de « grille » (ci-dessus c'est le motif très texturé composé de losanges).

Conseil : Yincut est parfait pour créer une belle texture, alors n'hésitez pas à l'utiliser comme texture de fond sur une tuile ou tout simplement associé à un ou plusieurs motifs.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #46 – Paradox



Paradox porte très bien son nom, un vrai paradoxe ! Composé uniquement de traits droits quand on le dessine, il fait apparaître plein de courbes quand on le regarde ensuite. Dans la version ci-dessus j'ai aussi inclus des courbes autour du motif pour « remplir » l'espace, mais testez-le tel quel et voyez ce qui apparaît ! C'est toujours étonnant.

Conseil : Paradox demande beaucoup de concentration quand on le dessine. Alors dessinez-le un trait après l'autre, en étant totalement présente avec vos traits, ils vous remercieront.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #47 – Cubine

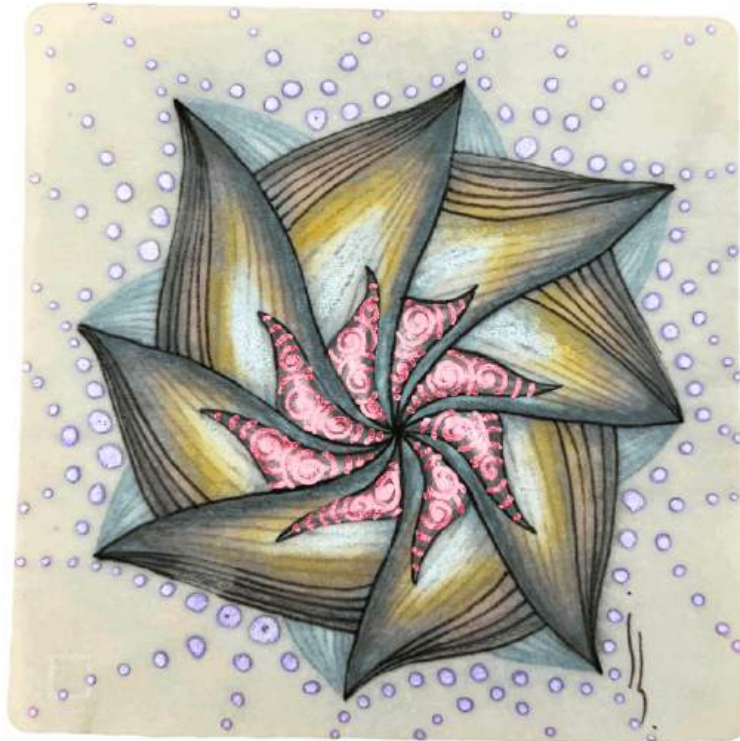


Cubine est un motif étonnant avec le relief qu'il permet de créer. Un simple enchaînement de traits, quelques ombres bien placées et waou, il semble se détacher du papier et apparaître en 3D

Conseil : un motif à dessiner sans modération sur différents supports et différents papiers, un rendu étonnant à tous les coups alors ne vous en privez pas !

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #48 – Fengle



Dans sa forme de base, Fengle est composé d'environ 5 « branches », il me fait souvent penser à une étoile de mer. Dans la photo ci-dessus je l'ai utilisé avec plus de branches (extrait de l'[atelier tangles en transparence](#)). Il me fait un peu penser à Cyme que je vous ai montré ci-dessus car c'est un motif très simple à dessiner et qui fait toujours son petit effet même en noir sur blanc.

Conseil : Laissez-vous surprendre par ce motif, pas besoin d'avoir un rendu en tête à l'avance quand vous le dessinez. Laissez chaque trait arriver et vous aurez toujours une belle surprise. Et tellement de belles créations sont possibles quand on explore différents formats !

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #49 – Brayd par Michèle Beauchamp



j'ai eu la joie d'explorer ce motif Brayd en détails récemment dans mon atelier « Amour sans limites ». Ici il est dessiné sur papier beige, avec pas mal de temps passé sur les ombres et lumières, et la couleur. Mais comme vous le voyez plus haut (associé à Bronx Cheer motif 15), il peut aussi être dessiné beaucoup plus simplement.

Conseil : il fait partie de ces motifs qui demandent de la présence et surtout du lâcher prise. Vous n'aurez pas les rendus que vous souhaitez tout de suite et ce n'est pas le but en Zentangle. Sortir de sa zone de confort est aussi important et utile pour faire des découvertes, alors ne vous arrêtez pas à son apparence un peu plus « difficile ».

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #50 – Striping



Striping, de jolies rayures qui peuvent s'entrelacer et qui donnent beaucoup de vie à nos tuiles Zentangle. Ici il est dessiné dans une variation très simplifiée sur un rond de papier, et pourtant il crée quand même un joli relief avec ses touches de lumière

Conseil : un motif à dessiner sans modération, il apportera toujours beaucoup d'intérêt visuel à vos créations. L'encre noire tellement présente le classe dans les « drama tangles » parce que ça donne des rendus spectaculaires.

[Lien vers le pas à pas](#)

Motif #51 – Arukas



Comme Paradox, ce motif Arukas demande pas mal de concentration car il se base sur un enchaînement de traits spécifiques. Et c'est aussi ce focus qui crée la relaxation car on est obligé de lâcher tout ce qui peut nous prendre la tête quand on dessine ce type de motifs.

Conseil : Ci-dessus Arukas est dessiné sur papier gris avec de la couleur (extrait de mon atelier « des gouttes et des couleurs) mais il fonctionne aussi très bien en noir sur blanc. Focalisez juste votre attention sur chaque trait et vous obtiendrez toujours un rendu très intéressant. Et n'oubliez pas, le résultat final n'est jamais le plus important.

[Lien vers le pas à pas](#)

Pour aller plus loin...

Envie d'inspirations supplémentaires et d'être guidée en vidéo ?

Je vous donne rendez-vous dans le cours gratuit « 3 jours pour se relaxer et se recentrer grâce à la méthode Zentangle ».

→ Cliquez ici pour suivre ce cours dès maintenant.

Vous pouvez aussi cliquer sur l'image ci-dessous pour nous rejoindre.

