

My feathered heart b , , , e , , , a , , , t i n g (in a 4 beat cycle)
tha ka dhi mi
tha ka dhi mi
tha ka dhi mi
tha ka dhi (clap)

1-2-3-4

tha ka dhi mi

1-2-3-(clap)

tha ka dhi mi
tha ka jo nu
1-2-3-4

Walk *around* the space

(Step - 2 - 3 - 4)

/ inhale /

// exhale //

/ rinse // repeat //

(Step-2-3-clap)

Fear *as* primary mover

tha ka dhi mi - tha - - - - -

/ Move *through* the resistance /

tha ka dhi mi - tha - - - - -

E x P A N D
.
.
.
.

tha ka dhi mi
tha ka jo nu
tha - - - - -
CO , , , ND , , , EN , , , SE , , ,
.
.
.
.

tha ka dhi mi
tha ka jo nu
tha ka dhi mi
COL tha - - - - -
 L
 A
 P
 S
 E