為讓信徒能體驗不同形式的靈修，香港聖公會婦女總團靈修舞蹈組於將臨期第一主日(2021 年 11 月 28 日) 在聖公會聖三一座堂善牧堂舉辦舞蹈工作坊，讓參加者可透過簡單舞蹈，表達基督降生的喜樂，及默想反思聖誕的意義。當天有 50 多位弟兄姊妹參加，其中不乏初次體驗舞蹈靈修的參加者。除了習舞時間，導師也帶領參加者有默思、分享交流，令各人充分體驗靈修舞蹈的意義。在此輯錄一些參加者的感受分享: