

## Formation Friday – February 24, 2023

Please share with your local fraternity (Recursos en español abajo)

We have interrupted our series on the National Priorities for some Lenten inspiration. We hope the resources below will help everyone to focus on penance and conversion, so important in the life of a Secular Franciscan.

Thank you to the National Formation Commission for collaborating on this piece.

### **The Conversion Process: Ongoing and continuous conversion of the heart**

For each week of Lent focus on one action item below that you would like to cultivate in a special way as part of your Lenten journey.

1. Make an act of reparation or a modification of behavior to show sorrow for sin.
2. Be willing to recognize and accept suffering as the consequence of separating myself from God. (Offer sufferings for the benefit of others.)
3. Commit to a plan for prayer, fasting, almsgiving. (See: Joel 2:12-18)
4. Intentionally evangelize a lukewarm or nonbeliever.
5. Ask the Holy Spirit to make me aware of a specific moral shortcoming and for the grace to change.
6. Consciously live the Beatitudes.
7. Seek personal conversion through deeper prayer.
8. Radically commit to the Gospel life centered on the person of Jesus.
9. Savor God's mercy, experiencing the love of God which unceasingly calls us back to Himself.
10. Accept myself as I am now and strive to reach a deeper level of conversion.
11. Journal on my spiritual journey made up of failures and falls and also made up of new beginnings, new discoveries.
12. Use St. Francis's paraphrase of the Lord's Prayer for meditation.

<https://www.franciscantradition.org/francis-of-assisi-early-documents/the-saint/writings-of-francis/the-undated-writings/a-prayer-inspired-by-the-our-father/174-fa-ed-1-page-158>

Questions for discussion or to answer in your journal.

- +Explain how you plan to carry out the items you chose from the list above.
- +Which of all the statements above might be most beneficial to your personal conversion?
- +Which of the statements are the most challenging for you?

+++++

El proceso de conversión: La conversión continua y permanente del corazón

Interrumpimos nuestra serie sobre las Prioridades Nacionales para inspirarnos en la Cuaresma. Esperamos que los recursos a continuación ayuden a todos a centrarse en la penitencia y la conversión, tan importantes en la vida de un franciscano seglar.

Gracias a la Comisión Nacional de Formación por colaborar en esta pieza.

Para cada semana de Cuaresma, concéntrese en un elemento de acción a continuación que le gustaría cultivar de una manera especial como parte de su jornada de Cuaresma.

1. Hacer un acto de reparación o una modificación de comportamiento para mostrar dolor por el pecado.
2. Estar dispuesto a reconocer y aceptar el sufrimiento como consecuencia de separarse de Dios. (Ofrezca sufrimientos en beneficio de otros).
3. Comprometerse a un plan de oración, ayuno, limosna. (Ver: Joel 2: 12-18)
4. Evangelizar intencionalmente a un tibio o no creyente.
5. Pídale al Espíritu Santo que lo haga consciente de una deficiencia moral específica y que tenga la gracia de cambiar.
6. Viva conscientemente las Bienaventuranzas.
7. Busque la conversión personal a través de una oración más profunda.
8. Comprometerse radicalmente con la vida evangélica centrada en la persona de Jesús.
9. Saborear la misericordia de Dios, experimentar el amor de Dios que incesantemente nos llama a Él.
10. Aceptarme tal como soy ahora y esforzarme por alcanzar un nivel más profundo de conversión.
11. Escribir un diario sobre mi jornada espiritual compuesto de fracasos y caídas y también compuesto de nuevos comienzos, nuevos descubrimientos.
12. Utilizar la paráfrasis de San Francisco del Padre Nuestro para la meditación.

<http://franciscanos.org/esfa/exppn.html>

Preguntas para platicar o para responder en su diario.

- + Explique cómo planea realizar los elementos que eligió de la lista anterior.
- + ¿Cuál de todas las declaraciones anteriores podría ser más beneficiosa para su conversión personal?
- + ¿Cuáles de las afirmaciones son las más desafiantes para usted?