

MODÉSTIA (CONSCIENCIOMETROLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *modéstia* é a autopercepção realista das habilidades, *performances* e contribuições pessoais por parte da consciin, homem ou mulher, mantendo a moderação, a simplicidade e a despretensão, isenta de vaidade, contribuindo com o relacionamento grupal harmonioso e pró-evolutivo.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O vocábulo *modéstia* vem do idioma Latim, *modéstia*, “moderação; comedimento; medida; temperança; docilidade; mediocridade; decência; condição modesta”. Surgiu no Século XV.

Sinonimologia: 1. Sobriedade. 2. Comedimento. 3. Despretensão.

Cognatologia. Eis, na ordem alfabética, 10 cognatos derivados do vocábulo *modéstia*: *automodéstia*; *imodesta*; *imodéstia*; *imodesto*; *modesta*; *modestaço*; *megamodéstia*; *minimodéstia*; *modestíssimo*; *modesto*.

Neologia. Os vocábulos *minimodéstia* e *megamodéstia* são neologismos técnicos da Conscienciometrologia.

Antonimologia: 1. Imodéstia. 2. Vaidade. 3. Pretensão. 4. Narcisismo. 5. Orgulho. 6. Megalomania.

Estrangeirismologia: a consciin *low profile*; a consciin *down to Earth*.

Atributologia: domínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto às competências evolutivas.

Megapensenologia. Eis 4 megapenses trivocabulares relativos ao tema: – *A modéstia une. Modéstia: aura mentalsomática. Modéstia significa autoconfiança. Modéstia significa sabedoria.*

Coloquiologia. Eis duas expressões populares relacionados ao tema: – *Não se achar o último biscoito do pacote. Ter a cabeça no lugar.*

Citaciologia. Eis 4 citações capazes de explicitar o tema: – *Use a sua luz, mas diminua o seu brilho* (Lao-Tsé, 604–531 a.e.c.). *A verdadeira modéstia não consiste em se depreciar, mas em não se enaltecer* (Mahatma Gandhi, 1869–1948). *A modéstia é a mais nobre das virtudes e a mais difícil de ser adquirida* (Sócrates, 469–399 a.e.c.). *A modéstia é o cálice da vida; quanto mais cheio, menos ele tilinta* (Honoré de Balzac, 1799–1850).

Proverbiologia. Eis 3 provérbios relacionados com o tema: – “A verdadeira modéstia é fonte de todas as virtudes”. “Diga pouco, mas faça muito”. “Quem não ouve conselhos, não precisa de ajuda”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopense pessoal da Autocriticologia; o holopense pessoal da Lucidologia; o holopense pessoal da autenticidade consciencial; o holopense pessoal do autemplarismo; o holopense do trabalho de equipe; a evitação do holopense competitivo; os autopenses; a autopenidade cooperativa; o hábito de pensenizar o melhor para todos; os ortopenses; a ortopenidade; os interassistenciopenses; a interassistenciopenidade; os evoluciopenses; a evoluciopenidade; os fraternopenses; a fraternopenidade; os lucidopenses; a lucidopenidade; os conviviopenses; a conviviopenidade; o materpense da abnegação racional; a autopenização ponderada fomentando *rappports* interassistenciais.

Fatologia: a modéstia; a ponderabilidade discernida; a autestima homeostática; a postura equilibrada mas realista quanto aos autopotenciais; a arte de saber escutar; o papel de terapeutas e consciencioterapeutas no suporte à reciclagem de traços de vaidade; a busca da superação do

egocentrismo; a demagogia; a humildade religiosa genuflexa; a modéstia irracional levando a simplismos; a evitação de maiores compromissos ou assunção das reais qualidades; a visão de grupos da Socin considerando a modéstia sinal de fraqueza; a falta de autestima camuflada; a crise de autoconfiança; a simplificação da modéstia reduzida a questões de vestuário e decência; a autopesquisa na busca do autoconhecimento consciencial; o experimento autocognitivo promovido pelo curso *Conscin-Cobaia* da *Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial* (CONSCIUS); a intencionalidade sadia; a discrição cosmoética; a colaboração proativa nos trabalhos de equipe; o alavancamento dos traços na consecução de proéxis grupal; a atuação marcante contudo desprezenciosa enquanto minipeça do *Maximecanismo Multidimensional Interassistencial*; as constantes metarreflexões sobre oportunidades de melhoria intraconscienciais; a aptidão para trabalho de equipe; a autoliderança cosmoética; a comunicação na hora e na medida certas; o histrionismo cosmoético; a desdramatização dos traços e traçais; a automodéstia expondo respeito aos colegas evolutivos; as constantes interrelações familiares, sociais, profissionais e de voluntariado oportunizando o desenvolvimento da modéstia; o foco nas atividades de grupo; as autossuperações constantes sem autopromoções; o exercício da modéstia durante a docência conscienciológica; o ato de saber receber agradecimentos sem inflar o ego; o respeito assistencial; as contribuições fraternas ao trabalho de equipe; o estado emocional equilibrado advindo do autoconhecimento técnico; a evitação do heterassédio por meio do autocognição atributológica acertada; o reconhecimento dos esforços de cada membro da equipe; o agradecimento sincero expondo a simplicidade cosmoética; os *feedbacks* construtivos e cosmoéticos aceitos sem engrandecimento egoico.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a psicofera pessoal oferecendo as informações das reais capacidades da conscin; o entendimento da paragenética na construção de traços e atributos conscienciais; a sinalética energética e parapsíquica pessoal apontando falhas na ponderação pessoal; as inspirações da equipex de amparo de função apresentando ideias e ações necessárias para o autaprimoramento do intermissivista; a projeção vexamitória apresentando comportamentos vaidosos ou arrogantes, indicando pontos cegos a serem reciclados; os assédios extrafísicos buscando colocar em dúvida a capacidade de realização da conscin; as retrocognições identificando traços e oportunidades de melhoria consciencial, evidenciando as capacidades do indivíduo; o acompanhamento da *performance* das práticas diárias da tenepes, indicando o real nível assistencial; a conexão com os amparadores ampliada pela efetiva autocognição; as parapesquisas de temperamentos, atributos e traços conscienciais durante o *Curso Intermissivo* (CI).

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo modéstia-exemplarismo*; o *sinergismo autocrítica-autolucidez*; o *sinergismo autoconfiança-abertismo às heterocríticas*; o *sinergismo diálogo-autopesquisa*; o *sinergismo equipin-equipex*; o *sinergismo anticompetitividade-intercooperação cosmoética*; o *sinergismo autodiscernimento-intercompreensão*; o *sinergismo autorreciclagem-autexemplarismo*; o *sinergismo autovivência-autodescoberta*.

Principiologia: o *princípio da descrença* (PD) nas experimentações autopesquisísticas; o *princípio da profilaxia das ilusões humanas*; o *princípio da inteligência evolutiva* (IE); o *princípio do exemplarismo pessoal* (PEP); o *princípio da autenticidade cosmoética*; o *princípio da reflexão enquanto hábito pessoal*; o *princípio da responsabilidade interassistencial*; o *princípio de as energias conscienciais* (ECs) *demonstrarem a verdadeira realidade consciencial*.

Codigologia: a autovivência do *código pessoal de Cosmoética* (CPC) alinhado à conquista da ponderação interassistencial.

Teoriologia: a *teática da modéstia*; a *teoria da personalidade autoconsciente*; a *teática da autorreeducação consciencial*; a *teática interassistencial*; a *teoria da janela de Johari*; a *teoria da autoconscienciometria*; a *teoria da autopesquisa*; a *teoria da Ficha Evolutiva Pessoal* (FEP).

Tecnologia: a *técnica da autobiografia consciencial*; as *técnicas verbetográficas* auxiliando na autopesquisa e reciclagem; a importância do domínio da *técnica do EV* na evitação de intrusões pensênicas; a *técnica da mobilização básica das energias conscienciais* (MBE); a *técnica da aplicação do trafor*; a *técnica da checagem pensênica*; a *técnica de avaliação 360 graus*; a *técnica da listagem dos trafores, trafores e trafois*; a *técnica da autorreflexão de 5 horas*.

Voluntariologia: a modéstia melhorando a interconvivência no *voluntariado conscienciológico*; a autopesquisa para aprimorar as relações com a *equipe de voluntários da Conscienciologia*; as recins e as recéis propiciadas pelo *voluntariado conscienciológico*; o *voluntariado conscienciológico* potencializando a autocognição.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autopesquisologia*; o *laboratório conscienciológico da Autopensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Autocosmoeticologia*; o *laboratório conscienciológico da Grupocarmologia*; o *laboratório conscienciológico Autoconsciencimetrologia*; o *laboratório conscienciológico da Autoconsciencioterapia*; o *laboratório conscienciológico da Autorretrocogniciologia*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Conviviologia*; o *Colégio Invisível da Autorreeducaciologia*; o *Colégio Invisível da Coerenciologia*; o *Colégio Invisível da Descrenciologia*; o *Colégio Invisível da Interassistenciologia*; o *Colégio Invisível da Recexologia*.

Efeitologia: o *efeito da modéstia na conexão com a equipe especializada de amparadores*; o *efeito da docência conscienciológica sobre a identificação de trafores*; o *efeito da assunção dos trafores pessoais*; o *efeito do esbregue intermissivo na profilaxia da vaidade*; o *efeito da prática diária da tenepes no entendimento abnegado dos autopotenciais interassistenciais*; o *efeito do desapego da autoimagem*; o *efeito do EV no auxílio ao autoposicionamento*; o *efeito do conhecimento dos potenciais e limites pessoais*; o *efeito do autorrespeito*; o *efeito esclarecedor da Consciencioterapia*.

Neossinapsologia: a autocognição profunda facilitando a criação de *neossinapses intermissivas*.

Ciclogia: o *ciclo automotivador das realizações pessoais*; o *ciclo autoconsciencioterápico contínuo autoinvestigação-autodiagnóstico-autenfrentamento-autossuperação*; o *ciclo alterante ensinar-aprender*; o *ciclo autorreflexão-análise-ação*; o *ciclo das oportunidades evolutivas*; o *ciclo das realizações*; o *ciclo reflexão-decisão-ação*.

Enumerologia: a *modéstia corporal*; a *modéstia linguística*; a *modéstia cognitiva*; a *modéstia intelectual*; a *modéstia pensênica*; a *modéstia cosmoética*; a *modéstia evolutiva*.

Binomiologia: o *binômio modéstia-ação*; o *binômio admiração-discordância*; o *binômio autocrítica cosmoética-autestima saudável*; o *binômio teática-verbação*; o *binômio autorreflexão-autodiscernimento*; o *binômio atributos conscienciais-singularidades pessoais*; o *binômio autoconfiança-autocrítica*; o *binômio autopesquisa-autoconhecimento*; o *binômio autoconfiança-autenticidade*; o *binômio conhecimento-responsabilidade*.

Interaciologia: a *interação grupocármica qualificada pela modéstia*; a *interação modéstia-Higiene Consciencial*; a *interação modéstia-egocídio*; a *interação dos trafores da conscin auxiliando os colegas evolutivos*; a *interação homeostática da equipe de voluntários* pautada no entendimento da real contribuição de cada componente; a *interação holopensene pessoal-holopensene grupal*; a *interação atributos conscienciais-verbação*; a *interação equipin-equipex*; a *interação comportamento cosmoético-desenvolvimento em equipe*; a *interação atuação-resultado*.

Crescendologia: o *crescendo modéstia-autocognição*; o *crescendo da autoconfiança*; o *crescendo assistido-assistente*; o *crescendo autenticidade-autocoerência*; o *crescendo autexperimentação-autoconhecimento*; o *crescendo convivialidade sadia-maxifraternismo*; o *crescendo conviviológico liderado-líder*.

Trinomiologia: o *trinômio modéstia-altruísmo-Universalismo*; o *trinômio modéstia-aprendizado-melhoria contínua*; o *trinômio coerência-veracidade-transparência*; o *trinômio modéstia-colaboração-despojamento*; o *trinômio modéstia-sinceridade-genuinidade*; o *trinômio simplicidade-humildade-proatividade*; o *trinômio autoconhecimento-responsabilidade-exemplarismo*; o *trinômio autoconceito-autoimagem-autestima*; a evitação do *trinômio egão-orgulho-vaidade*; o *trinômio escuta-simpatia-empatia*; o *trinômio abertismo-escuta-reflexão*.

Polinomiologia: o *polinômio autocrítica-autopesquisa-autocognição-autorealismo*; a superação do *polinômio patológico egoísmo-presunção-orgulho-arrogância*; o *polinômio tarefa-habilidade-talento-excelência*.

Antagonismologia: o *antagonismo modéstia religiosa / modéstia discernida*; o *antagonismo humildade / vaidade*; o *antagonismo veracidade / autocorrupção*.

Paradoxologia: o *paradoxo de a modéstia ser conduta íntima inescandível aos amparadores extrafísicos*; o *paradoxo de a modéstia poder aumentar a força presencial*; o *paradoxo de as consciências mais evoluídas serem as mais modestas*.

Politicologia: a *política de portas abertas*.

Legislogia: a *lei do maior esforço evolutivo*; a *lei da retribuição dos aportes recebidos*; a *lei do exemplarismo pessoal*.

Filiologia: a *abertismofilia*; a *anticonflitofilia*; a *autevoluciofilia*; a *autopesquisofilia*; a *autorreeducaciofilia*; a *cogniciofilia*; a *comunicofilia*; a *conviviofilia*; a *lucidofilia*; a *reciclofilia*.

Fobiologia: a *criticofobia*; a *recoxofobia*; a *autexposiciofobia*; a *fobia da rejeição*; a *sociofobia*; a *voliciofobia*; a *confrontofobia*.

Sindromologia: a *síndrome da mediocridade*; a *síndrome do perfeccionismo*; a *síndrome da subestimação consciencial*; a *síndrome da distorção da realidade*; a *síndrome do impostor*; a *síndrome da ribalta*.

Maniologia: a *evitação das egomanias*; a *eliminação da mania de grandeza*.

Mitologia: a *desconstrução do mito da perfeição*; a *desmitificação de si mesmo*; a *desmitificação da autoimagem idealizada*; o *descarte do mito da estrela solitária*; o *mito da insubstituibilidade*; o *mito de Narciso*; o *mito do dom sem esforço*.

Holotecologia: a *anticonflitoteca*; a *assistencioteca*; a *atencioteca*; a *autexperimentoteca*; a *autobiografoteca*; a *autopesquisoteca*; a *coerencioteca*; a *convivioteca*; a *detalhismoteca*; a *diplomacioteca*; a *fatoteca*; a *holomnemoteca*; a *lucidoteca*.

Interdisciplinologia: a *Conscienciometrologia*; a *Consciencioterapeuticologia*; a *Psicologia*; a *Abertismologia*; a *Atributologia*; a *Autenticologia*; a *Autosseriexologia*; a *Comunicologia*; a *Desassediologia*; a *Holossomatologia*; a *Interassistenciologia*; a *Holomaturologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *consciência modesta*; a *persona megalomaniaca*; a *conscin lúcida*; a *isca humana lúcida*; o *ser desperto*; a *semiconsciex*; o *ser interassistencial*; a *conscin semperaprendente*.

Masculinologia: o *intermissivista*; o *conscienciólogo*; o *conscienciômetra*; o *consciencioterapeuta*; o *proexista*; o *proexólogo*; o *pesquisador*; o *voluntário*; o *professor*; o *tenepessista*; o *ofixista*; o *líder*; o *liderado*; o *pré-serenão vulgar*; o *evoluciólogo*; o *Serenão*.

Femininologia: a *intermissivista*; a *consciencióloga*; a *conscienciômetra*; a *consciencioterapeuta*; a *proexista*; a *proexóloga*; a *pesquisadora*; a *voluntária*; a *professora*; a *tenepessista*; a *ofixista*; a *líder*; a *liderada*; a *pré-serenona vulgar*; a *evolucióloga*; a *Serenora*.

Hominologia: o *Homo sapiens autocriticus*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens amicus*; o *Homo sapiens amparator*; o *Homo sapiens assistentialis*; o *Homo sapiens authenticus*; o *Homo sapiens autobiographus*; o *Homo sapiens evolutivus*; o *Homo sapiens recoxologus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: *minimodéstia* = aquela vívida e genuína, exemplificada pela conscin interassistente abnegada no uso dos autotrafores; *megamodéstia* = aquela aplicada na condição do anonimato interassistencial, pelas consciências mais evoluídas.

Culturologia: a cultura assistencial; a cultura conscienciológica; a cultura participativa; a cultura da realização; a cultura da coerência; a cultura da Proexologia.

VI. Acabativa

Remissologia. Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com a modéstia, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Arrogância:** Parassociologia; Nosográfico.
02. **Atenção:** Mentalsomatologia; Neutro.
03. **Autavaliação evolutiva:** Autevoluciologia; Neutro.
04. **Cabotinismo:** Parapatologia; Nosográfico.
05. **Efeito da auto coerência:** Auto coerenciologia; Homeostático.
06. **Exemplo silencioso:** Exemplologia; Homeostático.
07. **Inautenticidade:** Parapatologia; Nosográfico.
08. **Inteligência conviviológica:** Conviviologia; Homeostático.
09. **Liderança cosmoética:** Cosmoeticologia; Homeostático.
10. **Narcisismo:** Parapatologia; Nosográfico.
11. **Orgulho:** Psicossomatologia; Nosográfico.
12. **Respeito:** Conviviologia; Homeostático.
13. **Técnica de automoderação tarística:** Parapedagogiologia; Neutro.
14. **Universalismo conviviológico:** Universalismologia; Homeostático.
15. **Vaidade:** Psicossomatologia; Nosográfico.

A MODÉSTIA AUXILIA NAS INTERAÇÕES ENTRE CONSCINCINS MINIPEÇAS DO MAXIMECANISMO MULTIDIMENSIONAL INTERASSISTENCIAL, CONSTITUINDO EFICIENTE VACINA FRENTE AO ESTRELISMO NOSOGRÁFICO E EGOICO.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, utiliza a modéstia enquanto recurso profilático na consecução de autoproéxis? Nas manifestações do dia a dia predominam as vaidades ou a postura modesta, assistencial e autorrealista?

Bibliografia Específica:

1. **Vieira, Waldo;** *Dicionário de Argumentos da Conscienciologia*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.552 p.; 1 *blog*; 21 *E-mails*; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; 1 microbiografia; glos. 650 termos; 19 *websites*; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 541, 778, 814, 898 e 1.447.

2. **Idem;** *Manual dos Megapensenes Trivocabulares*; revisores Adriana Lopes; Antonio Pitaguari; & Lourdes Pinheiro; 378 p.; 3 seções; 49 citações; 85 elementos linguísticos; 18 *E-mails*; 110 enus.; 200 fórmulas; 2 fotos; 14 ilus.; 1 microbiografia; 2 pontoações; 1 técnica; 4.672 temas; 53 variáveis; 1 verbete enciclopédico; 16 *websites*; glos. 12.576 termos (megapensenes trivocabulares); 9 refs.; 1 anexo; 27,5 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 251.

M. M. P.