30-06-2026 প্রাতঃ মুরলি ওম্ শান্তি "বাপদাদা" মধুবন

"মিষ্টি বাচ্চারা - এই সময় তোমরা বাবার কাছে সমর্পিত হয়ে গেলে তবে ২১ জন্মের জন্য তোমরা সদা সুখী হয়ে যাবে"

*প্রশ্নঃ - জ্ঞানী বাচ্চাদের নিজের অবস্থা ঠিক রাখার জন্য কোন্ অভ্যেসটিকে পাকা করা উচিত?

*উত্তরঃ - সকালে ওঠার । সকালে উঠে বাবার স্মরণে বসা - এটা হলো খুব ভালো ধারণা। যে বাচ্চারা রাতে তাড়াতাড়ি ঘুমায় আর সকালে তাড়াতাড়ি ওঠে তাদের অবস্থা সারা দিন ঠিক থাকে। অজ্ঞানী মানুষের চেয়ে জ্ঞানী বাচ্চাদের ঘুম অর্ধেক হওয়া উচিত। ১০ টায় শুয়ে পড়ো এবং ২ টোর সময় উঠে বসো।

*গীতঃ- আমাকে আশ্রয় দিয়েছেন যিনি, এই হৃদয় জানায় তাকে ধন্যবাদ...

ওম্ শান্তি । বাচ্চারা সবাই সম্মুখে বসে আছে তাই জানে যে আমরা হলাম জীব আত্মা। এখানে তো জীব আত্মারাই থাকবে, তাইনা। যখন আত্মার শরীর থাকে না তখন সে বস্ত্রহীন, তাকে অশরীরী বলা হয়। তোমরা শরীর সহ বসে আছো। আত্মা বা পরমাত্মা যতক্ষণ শরীরে না প্রবেশ হয় ততক্ষণ কথা বলে না। তোমরা জীব আত্মারা জানো, এখন বাবার সম্মুখে বসে আছি। হুবহু যেমন ৫ হাজার বছর পূর্বে সম্মুখে বসে ছিলাম। সন্তান নিশ্চয়ই বাবার কাছ থেকে উত্তরাধিকার নেবে। বাচ্চারা জানে আমরা নিজের পরমপিতা পরমাত্মা অসীম জগতের পিতার সম্মুখে বসে আছি। কেন বসে আছি? বাবার কাছ থেকে অসীম জগতের উত্তরাধিকার নিতে। যেমন স্কুলে বাচ্চারা বোঝে যে আমরা টিচারের দ্বারা ইঞ্জিনিয়ারিং, ব্যারিস্টারি ইত্যাদির শিক্ষা প্রাপ্ত করি। এই এইম অব্জেক্ট তাদের কাছে থাকে। তোমরা বাচ্চারা বুঝেছো যে, পরমপিতা পরমাত্মা ব্রহ্মার তনে বসে রাজযোগের শিক্ষা প্রদান করছেন। ভগবানুবাচ - এই কথা তো বাচ্চাদের বোঝানো হয়েছে যে ভগবান নিরাকারকে বলা হয়। জীব আত্মারা পুনর্জন্ম অবশ্যই নেয়। কোনও সন্ন্যাসীকে তোমরা জিজ্ঞাসা করো - মানুষ পুনর্জন্ম নেয়? তো তারাও এমন বলবে না যে, নেয় না। নাহলে ৮৪ লক্ষ জন্ম বলেছে কীভাবে? জিজ্ঞাসা করো - তোমরা পুনর্জন্মে বিশ্বাস করো? এটা তো ঠিকই, আত্মা সংস্কার অনুযায়ী এক দেহ ত্যাগ করে অন্য দেহ ধারণ করে। এইভাবেই কোনো কোনো মানুষ ৮৪ জন্ম নেয়। ৮৪ লক্ষ জন্মের কথা নয়। প্রথম জন্ম নিশ্চয়ই খুব ভালো সতোপ্রধান হবে। লাস্ট জন্ম তমোপ্রধান হবে। ১৬ কলা থেকে ১৪ কল, ১২ কলা হতে থাকবে, পুনর্জন্ম নিশ্চয়ই নেয়। জিজ্ঞাসা করা উচিত আচ্ছা পরম পিতা পরমাত্মা পুনর্জন্ম নেন বা তিনি কী পুনর্জন্ম রহিত? দেখো এই পয়েন্টটি খুব সূক্ষ্ম। যদি বলে জন্ম-মৃত্যু রহিত, তাহলে শিব জয়ন্তী কথাটি প্রমাণ হবে না। বলবে শিব জয়ন্তী তো পালন করা হয়। বোঝানো হয় হ্যাঁ শিব জয়ন্তী হয় কিন্তু জন্মের সাথে যে মৃত্যু আছে সেটি হয় না। যদি মৃত্যু হয় তবে পুনর্জন্ম হবে। বাবা তো কখনও পুনর্জন্ম নেন না। তিনি এই দেহে কেবল একবারই আসেন, আর পুনর্জন্মেও আসেন না। পরম পিতা পরমাত্মা হলেন পুনর্জন্ম রহিত, তিনি কখনও সতোপ্রধান থেকে তমোপ্রধান হন না। আত্মারা সবাই জন্ম-মৃত্যু চক্রে এসে পতিত হয় তখন বাবা আসেন পবিত্র বানাতে। এর দ্বারা প্রমাণিত হয় যে আত্মাই পতিত হয়, আত্মা নিজের ঘর অর্থাৎ পরমধাম থেকে পবিত্র স্বরূপে আসে পরে মায়া পতিত বানিয়ে দেয়। বাবা তো কখনও পতিত বানাবেন না। বাবা কখনও বাচ্চাদেরকে পতিত মতামত দেবেন না। এই সময় মানুষ পতিত মতামত দেয়। এখন পবিত্র বাবা বলেন, পতিত হবে না অর্থাৎ বিকারগ্রস্ত হবে না। রাবণের মত অনুসারে দুঃখধাম সৃষ্টি হয়েছে। মায়াই দুঃখ দেয়। সেই মায়াকে জয় করে তোমরা জগৎজিত হও। মানুষ মায়ার অর্থ বোঝে না। তারা ধনকে মায়া বলে। বলে অমুকের মায়ার নেশা আছে অনেক। কিন্তু মায়ার নেশা হয় না। সেখানে রাবণের কুশপুত্তলিকা দহন করা হয় না। কুশপুত্তলিকা শত্রুদের বানানো হয়। রাবণরাজ্য আরম্ভ হয় অর্ধকল্প

থেকে। মানুষ দেহের অহংকারের বশে বিকার গ্রস্ত হয়। শাস্ত্রে লেখা আছে দেবতারা বাম মার্গে যায় অর্থাৎ বিকার গ্রস্ত হয়। মায়ার বশে বশীভূত হয়ে যায়। পরমত অর্থাৎ অন্যের মতানুসারে চলে। এখন তোমরা চলো শ্রীমৎ অনুসারে। পরমত অর্থাৎ মায়ার মতামত। শ্রী অর্থাৎ শ্রেষ্ঠ মত হলো একমাত্র বাবার। ও সব হলো রাবণের মত, পরমত তাই বাবা বলেন আসুরিক সম্প্রদায় সব রাবণের বন্ধনে আবদ্ধ হয়ে দুঃখে আছে।

মানুষ ভাবে সত্যযুগের আয়ু লক্ষ বছর । তোমরা তো হিসেব করে বলো - ৫ হাজার বছর কীভাবে হয়। খ্রীষ্ট এসেছেন ২ হাজার বছর হয়েছে, বুদ্ধের ২২৫০ বছর, ইসলামের ২৫০০ বছর হয়েছে। সবটা মিলিয়ে অর্ধকল্প হলো। তার পূর্বে তো দেবতাদের রাজ্য ছিল তাহলে দেবতাদের লক্ষ বছর কীভাবে বলবে। এতজন মানুষ থাকলে তো মানুষের সংখ্যা অনেক হতো। এত মানুষ তো নেই। ৫ হাজার বছরের কোটি কোটি মানুষ হয়ে যায়। বলাও হয় খ্রীষ্টের ৩ হাজার বছর পূর্বে ভারতে আদি সনাতন দেবী-দেবতা ধর্ম ছিল। ৫ হাজার বছর পূর্ণ হয়েছে। নাটক পুরো তো হয়, তাইনা। এই কথা গুলি কেউ জানে না। আমার কি রূপ, আমি কেমন, এই সৃষ্টি চক্র আবর্তিত হচ্ছে, সেই কথা কেউ জানতে পারে না। একমাত্র বাবা এসে বোঝান - এ হলো গীতার এপিসোড। বাবা এসে সহজ রাজযোগের শিক্ষা প্রদান করেছিলেন। বাবা বৃদ্ধা মাতাদের বোঝান এই কথাটি খুবই সহজ। শুধু বাবা এবং স্বর্গকে স্মরণ করতে হবে। সন্তানের জন্ম অর্থাৎ উত্তরাধিকারের জন্ম হওয়া। তোমরা বুঝেছো আমরা হলাম বাবার উত্তরাধিকারী সন্তান। ৫ হাজার বছর পরে পুনরায় মিলিত হতে এসেছেন। এ হল খুবই গুপ্ত কথা। বাবা জিজ্ঞাসা করেন পূর্বে কখনও দেখা হয়েছিল? বলে হ্যাঁ বাবা। আত্মা এই মুখ দ্বারা বলে - আমরা ৫ হাজার বছর পূর্বে বাবা তোমার সঙ্গে দেখা করেছিলাম। বাবা, তুমি এই দেহের আধার নিয়ে শিক্ষা প্রদান করতে এসেছিলে। যারা দৃঢ় পাক্কা সন্তান তারা বুঝেছে আমরা বাবার কাছে অসীম জগতের উত্তরাধিকার প্রাপ্তির জন্য বসে আছি। আমরা অসীম পিতার আপন হই, ব্রহ্মার দ্বারা। বাবা বলেন - আমাকে চিনতে পেরেছো, আমি তোমাদের পিতা। তোমরা বলবে হ্যাঁ বাবা, আমরা আত্মা, তুমি পরমপিতা পরমাত্মা হলে আমাদের পিতা। বাবাও বলেন - তোমাদের আমি স্বর্গে পাঠিয়েছিলাম, স্বর্গের অধিকার দিয়েছিলাম, যা মায়া কেড়ে নিয়েছে এখন আবার আমি তোমাদের দিচ্ছি। মায়া স্বর্গের অধিকার কেড়ে নেয়, বাবা প্রদান করেন। এই খেলা অনেক বার খেলা হয়েছে, হতেই থাকবে। কোনও অন্ত নেই। বাবার সন্তান হয় কেউ আপন, কেউ সৎ। কেউ সৎ হয়, কেউ আপন সন্তান হয়। কাঁচা - পাকা তো হয় তাইনা। পাকা বাচ্চাদেরও মায়া কখনও পরাজিত করে। বাচ্চারা বলে বাবা আমরা যত দিন বাঁচবো, তোমার কাছে বর্সা নেবো। বিকর্মের ভার মাথায় তো আছে। অতএব তোমরা যত স্মরণে থাকবে ততই যোগের অগ্নির দ্বারা তোমরা পাপ-আত্মা থেকে পুণ্য-আত্মায় পরিণত হতে থাকবে। অগ্নি যে কোনো বস্তুকে পবিত্র করে দেয়। তোমাদের হলো যোগ-অগ্নি। এ হলো অসীমের যজ্ঞ। অসীম জগতের শেঠ অসীমের যজ্ঞ রচনা করেছেন। এত বছর কোনো যজ্ঞ চলে না । ৭ - ৮ দিন বা এক মাসের জন্য যজ্ঞ রচনা করা হয়। তোমাদের এই যজ্ঞ তো বহু বছর ধরে চলছে। বাবা তো শোনাতে থাকেন। বলেন ভুলে যেও না, শুধু আমাকে স্মরণ করো তাহলে জন্ম-জন্মান্তরের বিকর্মের বোঝা বিনষ্ট হবে। ভগবানুবাচ - আমি পিতা আমাকে স্মরণ করো। নিশ্চয়ই এসেছেন তবে তো বলেন, তাইনা।

(((বাবা বলেন - এবারে তোমাদেরকে ফিরে যেতে হবে। তোমাদের আত্মা এই সময় পতিত হয়েছে। এখন তোমরা জানো যোগের দ্বারা আমরা পবিত্র হবো। তোমরা তো প্রতিজ্ঞা করেছিলে বাবা তুমি যখন আসবে তখন আমরা অন্য সব সঙ্গ ত্যাগ করে তোমার সঙ্গে যুক্ত থাকবো। তোমার কাছে সমর্পিত হবো। স্ত্রী, পুরুষের কাছে এবং পুরুষ, স্ত্রীর কাছে সমর্পিত হয়। এখানে বাবার কাছে সমর্পিত হতে হয়। বিবাহের বন্ধনে একে অপরের প্রতি সমর্পিত হয়, তাইনা। এখন বাবা বলেন - তোমাদেরকে কোনো মানুষের কাছে সমর্পিত হতে হবে না। তোমাদের প্রতিজ্ঞা হল - বাবা তোমার কাছে সমর্পিত হবো। বাবা বলেন তোমরা

আমার কাছে সমর্পণ করো তাহলে তোমাদের ২১ জন্মের জন্য সদা সুখী বানিয়ে দেবো। কত বিশাল এই বর্সা (স্বর্গের অধিকার)। শ্রীমতের দ্বারা তোমরা শ্রেষ্ঠ হবে, এই কথাটি ভুলবে না। লক্ষ্মী-নারায়ণের চিত্র ঘরে রেখে দাও। আমরা বাবার কাছে এই বর্সা প্রাপ্ত করছি। বাবা পরমধাম থেকে এসেছেন। কিন্তু মায়া চিল পাখি কম নয়। সবার কথা নয় কিন্তু নম্বর অনুসারে আছে। কেউ তো একেবারে ভুলে যায় যে আমরা বাবার কাছে বর্সা প্রাপ্ত করি। এখানে বসে থাকলে নেশা থাকে। এখান থেকে বাইরে গেলেই ভুলে যায় আবার সকালে রিফ্রেশ হয় আর সারা দিনে ভুলে যায়। ৪-৫ বছর থেকে ভালো সার্ভিস যারা করেছে তারা আজ আর নেই। কিছু অমান্য করেছে তো মায়ার একখানা চড় লাগতেই চলে গেছে। বাবা বলে দেন - উপরে উঠলে প্রেমরসের স্বাদ পাবে, নীচে পড়ে গেলে ভেঙে চুরমার হবে। তোমরা তো দেখেছো কেমন ভাবে চুরমার হয়। বৈকুণ্ঠে তো নিশ্চয়ই যাবে। কিন্তু পদমর্যাদা তো নম্বর অনুযায়ী থাকবে। যদিও সেখানে সবাই সুখী থাকে তবুও পদমর্যাদা তো আছে, তাইনা। স্কুলে পদ প্রাপ্তির জন্য পুরুষার্থ করে। এমন বলবে না যে প্রজা হলেও ঠিক, যা ভাগ্যে আছে। না, একেই বলা হয় তমোপ্রধান পুরুষার্থ। সতো প্রধান তাদের বলা হবে যারা বাবার কাছে স্বর্গের সম্পূর্ণ অধিকার নেওয়ার প্রতিজ্ঞা করে। এ হল অশ্বদের রেস। সবাই এক নম্বরে তো যাবে না। এ হল হিউম্যান রেস। তোমরা চাও আমরা যাতে অতি শীঘ্র শিববাবার গলার মালায় স্থান অর্জন করি তার জন্য তাঁকে স্মরণ করতে হবে। সমস্ত কিছু নির্ভর করছে স্মরণের উপরে। মায়া এমন বিঘের সৃষ্টি করে যে রেস থেকে বাইরে বের করে দেয়। তোমাদের হল হিউম্যান রেস। আত্মা বলে আমরা অনেক দুঃখে আছি। শরীর ধারণ করতে করতে ক্লান্ত হয়েছি। আত্মা বলে এবারে যেতে চাই বাবার কাছে। বাবা যুক্তি তো বলে দিয়েছেন। আত্মা বলে বাবা আমরা তোমার স্মরণে থাকবো। যতখানি সময় বের করতে পারো তত ভালো। গভর্নমেন্টের চাকরিতেও ৮ ঘন্টা সার্ভিস করে, তেমনই স্মরণেও ৮ ঘন্টা থাকো। সৃষ্টিকে স্বর্গে পরিণত করা হল বিরাট সার্ভিস। শুধু বাবাকে স্মরণ করো আর সুখধামকে স্মরণ করো। এইভাবে ৮ ঘন্টা সার্ভিস করলে তোমরা সম্পূর্ণ বর্সা প্রাপ্ত করবে। এমন ভাবে স্মরণ করলে তোমাদের বিকর্ম বিনাশ হবে। ৮ ঘন্টা এই সার্ভিসে দাও বাকি ১৬ ঘন্টা তোমরা হলে ফ্রী। যতখানি সম্ভব ক্ষণে ক্ষণে স্মরণ করো। স্মরণ তো যেখানে ইচ্ছে সেখানে বসে করতে পারো। সবচেয়ে ভালো সময় তোমরা সকালে পাবে। সিন্ধি ভাষায় বলে তাড়াতাড়ি ঘুমায়, আর তাড়াতাড়ি ঘুম থেকে ওঠে.... সেই মানুষই হল প্রকৃত গুণবান। এ হল এখনকার গায়ন। বাবা বলেন রাতে শীঘ্র শুয়ে পড়ো এবং সকাল সকাল উঠে পড়ো। অজ্ঞানী মানুষ ৮ ঘন্টা ঘুমায়, তোমাদের ঘুম অর্ধেক হওয়া উচিত। ৪-৫ ঘন্টা ঘুমানো উচিত। তোমরা তো হলে কর্মযোগী, তাইনা। রাতে ১০ টায় শুয়ে পড়ো ২ টোর সময় ওঠো। শিববাবাকে স্মরণ করলে তোমাদের উপার্জন জমা হয় অনেক পরিমাণে। তোমরা হেলথ ওয়েলথ দুইই প্রাপ্ত করো। যদি ২ টোর সময়ে না উঠতে পারো তবে ৩ টের সময় ওঠো, ৪ টের সময় ওঠো। এটা হল ফার্স্টক্লাস সময়। শান্তি থাকে, সবাই অশরীরী হয়ে থাকে। সেই সময় ঘন নিস্তব্ধতা থাকে। অমৃতবেলার স্মরণ খুব ভালো প্রভাব ফেলে। বাবা বিশেষ করে রাতেই জেগে থাকতেন। সূক্ষ্ম সার্ভিসে ক্লান্তি বোধ হয় না। জমা হলে তো খুশী অনুভব হবেই। তোমরা বাচ্চারা সকালে উঠে নিজের অবিনাশী উপার্জন করতে থাকো। আচ্ছা !

মিষ্টি - মিষ্টি হারানিধি বাচ্চাদের প্রতি মাতা - পিতা, বাপদাদার স্মরণের স্নেহ-সুমন আর সুপ্রভাত। আত্মাদের পিতা তাঁর আত্মারূপী বাচ্চাদেরকে জানাচ্ছেন নমস্কার।

ধারণার জন্যে মুখ্য সারঃ-

১) ২১ জন্ম সদা সুখী হওয়ার জন্য এক বাবার কাছে সম্পূর্ণ ভাবে সমর্পিত হতে হবে। শ্রীমতের দ্বারা শ্রেষ্ঠ হতে হবে। মনমত বা পরমত ত্যাগ করতে হবে। কোনো রকম অমান্য করবে না।

২) সকালে উঠে স্মরণে বসে উপার্জন জমা করতে হবে। সৃষ্টিকে স্বর্গে পরিণত করার সার্ভিস মিনিমাম ৮ ঘন্টা অবশ্যই করতে হবে।

বরদানঃ- সময় আর সংকল্প সহ নিজের সকল খাজানাগুলিকে উইল করে দেওয়া মোহজিৎ ভব

যেরকম বাচ্চাদেরকে সব কিছু উইল করে দেওয়া হয়, সেইরকম তোমরাও বাবাকে ওয়ারিস বানিয়ে সবকিছু উইল করে দাও তাহলে উইল পাওয়ার চলে আসবে। এই উইল পাওয়ার দ্বারা মোহ স্বতঃ নষ্ট হয়ে যাবে। যেরকম সাকার বাবা সম্পূর্ণ নিজেকেই উইল করে দিয়েছিলেন, এইরকম তোমাদেরও যা কিছু স্মৃতি আছে, সময় আর সংকল্পের খাজানা আছে, সেগুলিকে উইল করো অর্থাৎ শ্রীমৎ অনুসারে সেবাতে লাগাও তাহলে মোহজিৎ, বন্ধনমুক্ত হয়ে যাবে।

স্লোগানঃ- একে-অপরের স্নেহী হওয়ার জন্য সরলতা আর সহনশীলতার গুণ ধারণ করো।

অব্যক্ত ঈশারা :- সদা হাসিখুশী থাকার জন্য নিজের নেচারকে সরল বানাও, সহনশীল হও।

বাপদাদার বরদান হল সদা খুশীতে থাকো, খুশীর খাজানা বিলিয়ে দাও, খুশীর ঢেউ সকলের মধ্যে ছড়িয়ে দাও। তোমাদের চেহারার উপর সদা খুশীর হাসিমুখ ঝলমল করতে থাকবে। এইরকম হাসিমুখ থাকো। এরজন্য বাণীতে মধুরতা, সন্তুষ্টতা, সরলতার নবীনত্ব অবশ্যই থাকবে। ব্রাহ্মণ আত্মাদের বাণী সাধারণ বাণী হবে না। প্রত্যেক কর্মে এমন নবীনত্ব হবে যে প্রত্যেকে তা থেকে কিছু প্রাপ্তির অনুভব করবে।

Normal;heading 1;heading 2;heading 3;heading 4;heading 5;heading 6;heading 7;heading 8;heading 9;caption;Title;Subtitle;Strong;Emphasis;Placeholder Text;No Spacing;Light Shading;Light List;Light Grid;Medium Shading 1;Medium Shading 2;Medium List 1;Medium List 2;Medium Grid 1;Medium Grid 2;Medium Grid 3;Dark List;Colorful Shading;Colorful List;Colorful Grid;Light Shading Accent 1;Light List Accent 1;Light Grid Accent 1;Medium Shading 1 Accent 1;Medium Shading 2 Accent 1;Medium List 1 Accent 1;Revision;List Paragraph;Quote;Intense Quote;Medium List 2 Accent 1;Medium Grid 1 Accent 1;Medium Grid 2 Accent 1;Medium Grid 3 Accent 1;Dark List Accent 1;Colorful Shading Accent 1;Colorful List Accent 1;Colorful Grid Accent 1;Light Shading Accent 2;Light List Accent 2;Light Grid Accent 2;Medium Shading 1 Accent 2;Medium Shading 2 Accent 2;Medium List 1 Accent 2;Medium List 2 Accent 2;Medium Grid 1 Accent 2;Medium Grid 2 Accent 2;Medium Grid 3 Accent 2;Dark List Accent 2;Colorful Shading Accent 2;Colorful List Accent 2;Colorful Grid Accent 2;Light Shading Accent 3;Light List Accent 3;Light Grid Accent 3;Medium Shading 1 Accent 3;Medium Shading 2 Accent 3;Medium List 1 Accent 3;Medium List 2 Accent 3;Medium Grid 1 Accent 3;Medium Grid 2 Accent 3;Medium Grid 3 Accent 3;Dark List Accent 3;Colorful Shading Accent 3;Colorful List Accent 3;Colorful Grid Accent 3;Light Shading Accent 4;Light List Accent 4;Light Grid Accent 4;Medium Shading 1 Accent 4;Medium Shading 2 Accent 4;Medium List 1 Accent 4;Medium List 2 Accent 4;Medium Grid 1 Accent 4;Medium Grid 2 Accent 4;Medium Grid 3 Accent 4;Dark List Accent 4;Colorful Shading Accent 4;Colorful List Accent 4;Colorful Grid Accent 4;Light Shading Accent 5;Light List Accent 5;Light Grid Accent 5;Medium Shading 1 Accent

5;Medium Shading 2 Accent 5;Medium List 1 Accent 5;Medium List 2 Accent 5;Medium Grid 1 Accent 5;Medium Grid 2 Accent 5;Medium Grid 3 Accent 5;Dark List Accent 5;Colorful Shading Accent 5;Colorful List Accent 5;Colorful Grid Accent 5;Light Shading Accent 6;Light List Accent 6;Light Grid Accent 6;Medium Shading 1 Accent 6;Medium Shading 2 Accent 6;Medium List 1 Accent 6;Medium List 2 Accent 6;Medium Grid 1 Accent 6;Medium Grid 2 Accent 6;Medium Grid 3 Accent 6;Dark List Accent 6;Colorful Shading Accent 6;Colorful List Accent 6;Colorful Grid Accent 6;Subtle Emphasis;Intense Emphasis;Subtle Reference;Intense Reference;Book Title;Bibliography;TOC Heading;