17-11-2023 প্রাতঃ মুরলি ওম্ শান্তি ''বাপদাদা'' মধুবন

"মিষ্টি বাচ্চারা - বাবার গলার হার হওয়ার জন্য জ্ঞান আর যোগের রেস করো, তোমাদের দায়িত্ব হলো সম্পূর্ণ দুনিয়াকে বাবার পরিচয় দেওয়া"

*প্রশ্নঃ - কোন্ ফুর্তির নেশায় থাকলে তোমাদের রোগও সেরে যাবে ?

*উত্তরঃ - তোমরা জ্ঞান আর যোগের নেশায় ফুর্তিতে থাকো, এই পুরানো শরীরের চিন্তা কোরো না l যত শরীরের প্রতি বুদ্ধি যাবে, লোভ আসবে , ততই বেশী রোগ আসতে থাকবে l এই শরীরের শৃঙ্গার, পাউডার, ক্রিম ইত্যাদি লাগানো -- এ সবই অপ্রয়োজনীয় শৃঙ্গার, তোমাদের নিজেদেরকে জ্ঞান - যোগের দ্বারা সাজাতে হবে l এটাই হল তোমাদের প্রকৃত শৃঙ্গার l

*গীতঃ- যে প্রিয়তমের সাথে আছে, তার জন্যই বরিষণ আছে....

ওম্ শান্তি l যে বাবার সঙ্গে আছে... এখন দুনিয়াতে বাবা তো অনেক আছে কিন্তু তাদের সকলেরও বাবা, রচয়িতা - একজনই l তিনিই হলেন জ্ঞানের সাগর l এ কথা অবশ্যই বুঝতে হবে যে, পরমপিতা পরমাত্মা হলেন জ্ঞানের সাগর, এই জ্ঞানেই সদগতি হয় l মানুষের সদগতি তখনই হয় যখন সত্যযুগের স্থাপনা হয় l বাবাকেই সদগতিদাতা বলা হয় l যখন সঙ্গমের সময় আসে, তখনই জ্ঞানের সাগর এসে দুর্গতি থেকে সদগতিতে নিয়ে যান । ভারত হলো সবথেকে প্রাচীন l ভারতবাসীদের নামেই ৮৪ জন্মের গায়ন আছে l তাহলে অবশ্যই যে মানুষ প্রথমের দিকে আসবে, তারাই ৮৪ জন্ম নেবে l দেবতাদের ৮৪ জন্ম বললে ব্রাহ্মণদেরও তো ৮৪ জন্মই হলো l মুখ্যদেরই উন্নতি করানো হয় l এই কথা কেউই জানে না l অবশ্যই ব্রহ্মার দ্বারা এই সৃষ্টির রচনা করা হয় l প্রথমদিকে সূক্ষ্ম লোকের রচনা করা হয়, তারপর এই স্থূল লোকের l এই বাচ্চারা জানে যে - সুক্ষ্ম লোক কোথায় আর মূল লোক কোথায় ? মূলবতন, সুক্ষ্ম বতন, স্থুল বতন - একেই ত্রিলোক বলা হয় l ত্রিলোকিনাথ যখন বলা হয় তখন তার একটা অর্থও তো চাই l ত্রিলোক তো কোথাও থাকবে l বাস্তবে ত্রিলোকিনাথ এক বাবা আর তাঁর বাচ্চাদেরই বলা যেতে পারে l এখানে তো কোন মানুষের নাম ত্রিলোকিনাথ, শিব, ব্রহ্মা, বিষ্ণু, শঙ্কর ইত্যাদি... এই সব নাম ভারতবাসীরা নিজেদের জন্য রেখে দিয়েছে l ডবল নামও তারা রাখে, যেমন - রাধাকৃষ্ণ, লক্ষ্মী-নারায়ণ l এখন এ কথা তো কেউই জানে না যে, রাধা আর কৃষ্ণ আলাদা আলাদা ছিলেন l কৃষ্ণ এক রাজ্যের প্রিন্স ছিলো আর রাধা ছিলো অন্য রাজ্যের প্রিন্সেস l এ কথা তোমরা এখন জানো l যারা খুব ভালো বাচ্চা, তাদের বুদ্ধিতে ভালো ভালো পয়েন্টস ধারণ হয় l যেমন যারা খুব ভালো ডাক্তার হবে, তাদের কাছে তো অনেক ওষুধের নাম থাকে l এখানেও এমন অনেক নতুন নতুন পয়েন্টস বের হতে থাকে l দিন - প্রতিদিন আবিষ্কার হতেই থাকে l যাদের খুব ভালো অভ্যাস হবে, তারা নতুন নতুন পয়েন্টস ধারণ করবে l ধারণ করতে না পারলে মহারথীদের লাইনে আনা যাবে না l সমস্তকিছু এই বুদ্ধির উপরই নির্ভর করে আর ভাগ্যেরও ব্যাপার আছে l এও তো ড্রামাতেই আছে l এই ড্রামাকেও কেউ জানে না l এ কথা বুঝতে পারে যে কর্মক্ষেত্রে আমরা অভিনয় করছি কিন্তু ড্রামার আদি - মধ্য এবং অন্তকে না জানলে মনে করো কিছুই জানে না l তোমাদের তো সবকিছুই জানতে হবে l

বাচ্চারা যখন জানতে পেরেছে যে, বাবা এসেছেন, তখন বাচ্চাদের দায়িত্ব হলো অন্যদেরও বাবার পরিচয় দেওয়া l সমস্ত দুনিয়াকে জানানো হলো তোমাদের দায়িত্ব l তারা যেন বলতে না পারে যে আমরা জানতাম না l তোমাদের কাছে অনেকেই আসবে l লিটারেচার ইত্যাদি অনেকেই নেবে l শুরুতে বাচ্চারা অনেক সাক্ষাৎকার করেছে l এই ক্রাইস্ট, ইব্রাহিম ভারতেই আসেন l বরাবর ভারত সবাইকে আকর্ষণ করে l প্রকৃতপক্ষে ভারতই বেহদের বাবার জন্মভূমি কিন্তু ওরা এইকথা জানে না যে, এই ভারত ভগবানের জন্মভূমি l যদিও তারা বলে শিব পরমাত্মা তবুও সবাইকে পরমাত্মা বলে দিয়ে বেহদের বাবার গুরুত্ব নষ্ট করে দিয়েছে l বাচ্চারা, এখন তোমরা বুঝতে পারো যে - ভারত খণ্ড হলো সবথেকে বড় তীর্থস্থান l বাকি আর যে পয়গম্বর ইত্যাদি আসেন, তারা আসেনই নিজের নিজের ধর্ম স্থাপন করতে l তাদের পিছনে সমস্ত ধর্মের মানুষ আসতে - যেতে থাকে l এখন হলো অন্তিম সময় l সবাই ফিরে যাওয়ার চেষ্টা করছে কিন্তু তোমাদের এখানে কে এনেছেন ? খ্রাইস্ট এসে খ্রীস্টান ধর্ম স্থাপন করেছেন, তিনি তোমাদের আকর্ষণ করে এনেছেন l এখন সবাই ফিরে যাবার জন্য ব্যস্ত হয়ে উঠেছে l এ কথা তোমাদেরই বোঝাতে হবে যে, সবাই আসে নিজের - নিজের অভিনয় করতে l এই অভিনয় করতে করতে একদিন দুঃখে আসতেই হবে l এরপর এই দুঃখ থেকে মুক্ত করে সুখের দুনিয়ায় নিয়ে যাওয়া - এ তো বাবার কাজ l এই ভারত হলো বাবার জন্মভূমি, এই গুরুত্বপূর্ণ কথা তোমরা বাচ্চারাও সকলে জানো না l খুব অল্পই

আছে, যারা বুঝতে পারে এবং তাদের নেশা চড়ে থাকে l কল্প - কল্প বাবা এই ভারতেই আসেন l এ কথা সবাইকেই বলতে হবে l সবাইকে নিমন্ত্রণ দিতে হবে l প্রথমে তো এই সেবা করতে হবে l লিটারেচার তৈরী করতে হবে l নিমন্ত্রণ তো সবাইকে করতে হবে, তাই না l রচয়িতা আর রচনার নলেজ কেউই জানে না l সেবাপরায়ণ হয়ে নিজের নাম উজ্জ্বল করতে হবে l যারা তীক্ষ্ণ বাচ্চা, যাদের বুদ্ধিতে অনেক পয়েন্টস থাকে, সবাই তাদের সাহায্য চায় l তাদের নামই জপ করতে থাকে l এক তো শিববাবার নাম জপ করবে, তারপর ব্রহ্মাবাবার, তারপর নম্বর অনুসারে বাচ্চাদের নাম জপ করতে থাকে l ভক্তিমার্গে মানুষ হাতে মালা জপ করে, এখন মুখে নাম জপ করে -- অমুকে খুব ভালো সেবাপরায়ণ, নিরহংকারী, খুব মিষ্টি, ওনার কোনো দেহবোধ নেই l বলা হয় না, মিষ্টি হও, তাহলেই সবাই মিষ্টি ব্যবহার করবে l বাবা বলেন যে - তোমরা দুঃখী হয়েছো, এখন বাচ্চারা তোমরা আমাকে স্মরণ করো, তাহলে আমিও তোমাদের সাহায্য করবো l তোমরা ঘৃণা করলে আমি কি করবো? এ তো নিজের উপরই ঘৃণা করা হলো l তাহলে তোমরা পদ পাবে না l তোমরা কতো অথৈ ধন পাও l কেউ কেউ লটারী পেলে তো কতো খুশী হয় l এই লটারীর উপহারও কতোভাবে আসে l ফার্স্ট প্রাইজ, সেকেন্ড প্রাইজ এরপর থার্ড প্রাইজ হয় l হুবুহু এও হলো ঈশ্বরীয় রেস l এ হলো জ্ঞান আর যোগবলের রেস l এতে যারা তীক্ষ্ণ হয় তারাই গলার হার হবে, আর হৃদয় আসনে কাছাকাছি বসবে l খুব সহজভাবেই তো এ কথা বোঝানো হয় l নিজের ঘরকেও দেখাশোনা করো কেননা তোমরা হলে কর্মযোগী l ক্লাসে এক ঘন্টা পড়তে হবে তারপর বাড়িতে গিয়ে তার উপরে চিন্তন করতে হবে l স্কুলেও তো এমনই করা হয় l স্কুলে পড়ে তারপর বাড়িতে গিয়ে হোম ওয়ার্ক করে l বাবা বলেন, এক ঘন্টা, আধ ঘন্টা -- দিনে তো আধ ঘন্টা হয় l তারমধ্যেও বাবা বলেন এক ঘন্টা, আচ্ছা আধ ঘন্টা l পনেরো বা কুড়ি মিনিটই ক্লাস অ্যাটেণ্ড করো তারপর নিজস্ব কাজকর্মে লেগে যাও l আগে বাবা তোমাদের বসাতেন যে স্মরণ করো, স্বদর্শন চক্র ঘোরাও l স্মরণের নাম তো ছিলোই, তাই না l বাবা এবং আশীর্বাদী বর্সাকে স্মরণ করতে করতে, স্বদর্শন চক্র ঘোরাতে ঘোরাতে যখন দেখবে ঘুম এসে যাবে, তখন গিয়ে শুয়ে পড়ো l তাহলেই অন্ত মতি তেমন গতি হয়ে যাবে l এরপর ভোরবেলা যখন উঠবে তখন সেই পয়েন্ট স্মরণে এসে যাবে l এমন অভ্যাস করতে করতে তোমরা নিদ্রাজয়ী হয়ে যাবে l

যা করবে তাই পাবে l যে করবে, সে নজরে আসবে l তার আচার-আচরণ প্রত্যক্ষ হয় l যে কিছু করে না তার আচার-আচরণ অন্যরকম হয় l দেখা যায় যে, এই বাচ্চারা বিচার সাগর মন্থন করে, ধারণা করে l কোনো লোভ তো এদের নেই l এ তো পুরানো শরীর l এই শরীর তখনই ঠিক হবে যখন জ্ঞান আর যোগের ধারণা হবে l ধারণা না হলে শরীর আরোই খারাপ হতে থাকবে l নতুন শরীর ভবিষ্যতে পাওয়া যায় l আত্মাকে তো পবিত্র হতে হবে l এ তো পুরানো শরীর, একে যতই পাউডার, লিপস্টিক আদি লাগাও, শৃঙ্গারও করো তবুও ব্যর্থ, মূল্যহীন l এই শৃঙ্গার অপ্রয়োজনীয় l

এখন তোমাদের সকালের বিবাহ বন্ধন শিববাবার সঙ্গে হয়েছে l যখন বিয়ে হয় তখন পুরানো কাপড় পড়ানো হয় l এখন এই শরীরকে সাজিও না l জ্ঞান আর যোগে সাজালে ভবিষ্যতের প্রিন্স - প্রিন্সেস হতে পারবে l এ হলো জ্ঞান মান সরোবর l এতে জ্ঞানের ডুব দাও তাহলে স্বর্গের পরী হতে পারবে l প্রজাদের তো পরী বলবে না l বলা হয় যে, কৃষ্ণ ভাগিয়ে নিয়ে এসেছিলো, তারপর মহারাণী, পাটরানী বানিয়েছিলো l এমন তো নয় যে, ভাগিয়ে নিয়ে প্রজাতে চণ্ডাল আদি বানিয়েছিল l নিয়ে এসেছিল মহারাজা, মহারাণী বানানোর জন্য l তোমাদেরও এমন পুরুষার্থ করা উচিত l এমন নয় যে, যে পদ পেলাম, সেটাই চলবে l এখানে মুখ্য হলো পড়াশুনা l এ তো পাঠশালা, তাই না l গীতা পাঠশালা অনেক খোলা হয় l তারা বসে কেবল গীতা শোনায়, মুখস্ত করায় l কোনো একটি শ্লোক নিয়ে আধ ঘন্টা বা পৌনে এক ঘন্টা তার উপরে বলতে থাকে l এতে তো কোনো লাভই নেই l এখানে তো বাবা বসে পড়ান l এখানে এইম অবজেক্ট পরিষ্কার l আর কোনো বেদ শাস্ত্র, জপ - তপ ইত্যাদি করাতে কোনো এইম অবজেক্ট নেই l কেবল পুরুষার্থ করতে থাকো কিন্তু কি পাবে? যখন অনেক ভক্তি করা হয় তখন ভগবান মিলিত হন, রাতের পর দিন তো অবশ্যই আসতে হবে l সময় হলেই তা হবে, তাই না l কল্পের আয়ু কেউ কি বলে দেয়, কেউ আবার অন্যকিছু বলে দেয় l তাদের বোঝালে বলবে, শাস্ত্র কিভাবে মিথ্যা হবে ? ভগবান থোড়াই মিথ্যা বলতে পারে l বোঝানোর জন্য কেবল শক্তি চাই l

বাচ্চারা, তোমাদের যোগের বল এর প্রয়োজন l যোগবলে সমস্ত কাজ সহজ হয়ে যায় l কোনো কাজ না করতে পারলে মনে করা হবে শক্তিও নেই আর যোগবলও নেই l কোথাও কোথাও বাবাও সাহায্য করেন l এই ড্রামায় যা নির্ধারিত আছে সেটাই রিপিট হয় l এও আমরাই বুঝি, আর কেউই ড্রামাকে বুঝতে পারে না l সেকেন্ড বাই সেকেন্ড পাস হয়ে যাচ্ছে, টিক টিক হয়ে যাচ্ছে, এই শ্রীমতের উপরে আমরা অ্যাক্টে আসি l এই শ্রীমতে না চললে কিভাবে শ্রেষ্ঠ হবে? সবাই একরকম হতে পারে না l মানুষ মনে করে আমরা এক হয়ে যাবো কিন্তু এক এর অর্থ বোঝে না l এক কি হবে? এক বাবা কি হওয়া উচিত নাকি সবাই এক ভাই হওয়া উচিত? ভাই বললে তবুও ভালো l এই শ্রীমতেই আমরা অবশ্যই এক হতে পারি l তোমরা

সবাই এক মতে চলো l তোমাদের বাবা, টিচার এবং গুরু একজনই l যারা সম্পূর্ণ শ্রীমতে চলবে না তারা শ্রেষ্ঠও হতে পারবে না l একদম যদি না চলে তাহলে শেষ হয়ে যাবে l রেসে তারাই যায় যারা যোগ্য হয় l যখন কোনো বড় রেস হয়, তখন ঘোড়াও খুব ভালো ফার্স্টক্লাস রাখা হয় কেননা বড় লটারী রাখা হয় l এও অশ্ব রেস l হুসেনের ঘোড়া, বলো না ! ওরা হুসেনের ঘোড়া লড়াইতে দেখিয়েছে l এখন তোমরা বাচ্চারা তো হলে ডবল অহিংসক l কামের হিংসা এক নম্বর l এটা যে হিংসা তা কেউ জানেই না l সন্ন্যাসীরাও এমন মনে করে না l কেবল বলে দেয় এ হলো বিকার l বাবা বলেন - কাম হলো মহাশত্রু l এ আদি, মধ্য এবং অন্ত তোমাদের দুঃখ দেয় l তোমাদের এ কথা সিদ্ধ করে বলতে হবে যে, আমাদের হলো প্রবৃত্তি মার্গের রাজযোগ l তোমাদের হলো হঠযোগ l তোমরা শংকরাচার্যের থেকে হঠযোগ শিখেছো আর আমরা শিবাচার্যের কাছে রাজযোগ শিখছি l এমন এমন কথা সময় মতো শোনানো উচিত l

কেউ যদি তোমাদের জিজ্ঞেস করে, দেবতাদের যদি ৮৪ জন্ম হয় তাহলে এই খ্রীষ্টান ইত্যাদিদের কতো জন্ম? তাহলে বলো, এ তোমরা হিসেব করো l পাঁচ হাজার বছরে ৮৪ জন্ম হয়েছে l খ্রাইস্টের দু হাজার বছর হয়েছে l তাহলে হিসাব করো - এভারেজ কতো জন্ম হয়েছে? ৩০ - ৩২ জন্ম হবে l এ তো পরিষ্কার কথা l যারা অনেক সুখ দেখে তারা দুঃখও অনেক দেখে l আর ওরা কম সুখ আর কম দুঃখ পায় l এভারেজে এই হিসেব বের হয় l পরের দিকে যারা আসে তারা অল্প জন্ম নেয় l বুদ্ধ, ইব্রাহিমের হিসেবও বের করা যেতে পারে l খুব বেশী এক বা দুই জন্মের তফাত হবে l তাই এই সব বিষয়ে বিচার সাগর মন্থন করা উচিত l কেউ জিজ্ঞেস করলে কি বোঝাবে? তবুও বলো - আগে তো বাবার থেকে অবিনাশী উত্তরাধিকার নিতে হবে l তোমরা বাবাকে তো স্মরণ করো l তোমাদের যত জন্ম নিতে হবে, তোমরা তত জন্মই নেবে l বাবার থেকে অবিনাশী উত্তরাধিকার তো নিয়ে নাও l তোমাদের খুব ভালোভাবে বোঝাতে হবে l এ হলো পরিশ্রমের কাজ l এই পরিশ্রমেই তোমরা সফল হবে l এতে অনেক বড় বুদ্ধির প্রয়োজন l বাবার প্রতি আর বাবার সম্পদের প্রতি অনেক ভালোবাসার প্রয়োজন l কেউ তো এই সম্পদও নেয় না l আরে, জ্ঞান রত্ন তো ধারণ করো l তখন বলে আমরা কি করবো ? আমরা তো বুঝতেই পারি না l না বুঝলে তোমাদের ভবিতব্য l আচ্ছা l

মিষ্টি - মিষ্টি হারানিধি বাচ্চাদের প্রতি মাতা - পিতা, বাপদাদার স্মরণের স্নেহ-সুমন আর সুপ্রভাত l আত্মাদের পিতা তাঁর আত্মা রূপী বাচ্চাদেরকে জানাচ্ছেন নমস্কার l

ধারণার জন্যে মুখ্য সারঃ-

১) কাউকেই ঘৃণা করবে না l সকলের সাথে মিষ্টি ব্যবহার করতে হবে l জ্ঞান - যোগের রেস করে বাবার গলার হার হতে হবে l

২) নিদ্রাজয়ী হয়ে ভোরবেলা উঠে বাবাকে স্মরণ করতে হবে l স্বদর্শন চক্র ঘোরাতে হবে l যা শুনবে তার উপরে বিচার সাগর মন্থন করার অভ্যাস করতে হবে l

বরদানঃ- বুদ্ধিকে ডায়রেক্শন অনুসারে শ্রেষ্ঠ স্মৃতিতে স্থিত কারী মাস্টার সর্বশক্তিমান ভব

কোনো কোনো বাচ্চা যখন যোগে বসে তখন আত্ম অভিমানী হওয়ার বদলে সেবার কথা মনে পড়ে যায় l কিন্তু এইরকম হওয়া উচিত নয় l কেননা লাস্ট সময়ে যদি অশরীরী হওয়ার বদলে সেবারও সংকল্প চলে তবে সেকেন্ডের পেপারে ফেল হয়ে যাবে l সেই সময় বাবাকে ছাড়া আর কোনো কিছুই স্মরণে আসবে না আর নিরাকারী নির্বিকারী নিরহংকারী হবে l সেবার কথা মনে হলে সাকার দুনিয়ায় চলে আসবে l সেইজন্য এই অভ্যাস করো, যে সময় যে স্মৃতিতে স্থিত হতে চাও, স্থিত হয়ে যাও l তবেই বলা হবে মাস্টার সর্বশক্তিমান, কন্ট্রোলিং আর রুলিং পাওয়ার বিশিষ্ট l

স্লোগানঃ- যে কোনো পরিস্থিতিকেই সহজে পার করবার সাধন হলো - এক বল এক ভরসা l

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;