"মিষ্টি বাচ্চারা - বাবাকে স্মরণ করার অভ্যাস করো তাহলে দেহী-অভিমানী হয়ে যাবে, নেশা বা খুশী বজায় থাকবে, আচার-আচরণ পরিবর্তন হয়ে যাবে"

*প্রশ্নঃ - জ্ঞান অমৃত পান করা সত্ত্বেও অনেক বাচ্চারা ট্রেটর হয়ে যায় - কীভাবে ?

*উত্তরঃ - যারা এক দিকে জ্ঞান অমৃত পান করে অন্য দিকে কুকর্মে লিপ্ত হয় অর্থাৎ আসুরিক আচরণ করে ডিস সার্ভিস করে, ঈশ্বরের সন্তান হয়ে নিজের আচার আচরণ শোধরায় না, নিজেদের মধ্যে মায়ার মায়াবী গল্প করে, একে অপরকে দুঃখ দেয়, তারাই হল ট্রেটর। বাবা বলেন বাচ্চারা, তোমরা এখানে এসেছো অসুর থেকে দেবতা হতে, অতএব সর্বদা একে অপরের সঙ্গে জ্ঞানের চর্চা করো, দৈবী গুণ ধারণ করো, অন্তরে যে অবগুণ গুলি আছে সেসব পরিত্যাগ করো। বুদ্ধিকে স্বচ্ছ, পরিষ্কার বানাও।

*গীতঃ- ভাগ্য জাগিয়ে এসেছি...

ওম্ শান্তি । বাচ্চারা গান শুনলো এবং বাচ্চারাই গেয়েছে। কেউ যখন স্কুলে যায় তখন তার ভাগ্যকে বুদ্ধিতে রাখে যে এই পরীক্ষাটি পাশ করব । বুদ্ধিতে ভাগ্যের মুখ্য লক্ষ্যটি থাকে। এখন তোমরা বাচ্চারা জানো আমরা নিজের ভাগ্যে নতুন দুনিয়া ধারণ করে বসে আছি। নতুন দুনিয়ার রচয়িতা পরম পিতা পরমাত্মার কাছে আমরা বর্সা প্রাপ্তির ভাগ্য প্রাপ্ত করেছি। কোন্ বর্সা ? মানুষ থেকে দেবতা বা নর থেকে নারায়ণ হওয়ার বর্সা। এই রাবণের ভ্রষ্টাচারী রাজ্য থেকে নিয়ে যান তিনি । এ' হল রাবণের ভ্রষ্টাচারী রাজ্য, ভ্রষ্টাচারী বিকার থেকে জন্ম হয় এবং বিকারীদের ভ্রষ্টাচারী বলা হয়। ভগবানুবাচ, কাম হল মহা শত্রু, একেই তোমাদের পরাজিত করতে হবে, তবে শ্রেষ্ঠাচারী হবে। ভারতই ভ্রষ্টাচারী, ভারতই শ্রেষ্ঠাচারী হবে। নোংরা বা অপবিত্রকে ভ্রষ্টাচারী বলা হয়। সত্যযুগে ভ্রষ্টাচারী হয় না কারণ সেখানে মায়ার রাজত্ব নেই। এই সময়েই হল রাবণের রাজ্য। সবার ৫-টি বিকার আছে। সত্যযুগেও যদি রাবণের রাজ্য থাকত তাহলে সেখানেও রাবণ দহন হতো। সেখানে এইরূপ কোনো কথা নেই। সেখানে হল শ্রেষ্ঠাচারী। ভ্রষ্টাচারী দুনিয়ায় কেউ উঁচু পজিশনে থাকলে সবাই তাকে সম্মান করে। যেমন সন্ন্যাসীরা খুব ভালো পজিশনে থাকে বলে সবাই তাদেরকে সম্মান করে, কারণ সন্ন্যাসীরা থাকে পবিত্র তাই সব মানুষ তাদেরকে ভালো মনে করে। গভর্নমেন্টও তাদেরকে নিজেদের চেয়ে ভালো ভাবে। তাদেরকে নিজের রাজগুরুর পদ প্রদান করে। সত্যযুগে তো গুরুর নাম থাকে না। গুরু অর্থাৎ সদগতি প্রদাতা। শাস্ত্রে তো কাহিনী লিখে দিয়েছে। রাজা জনক তাদেরকে জেল বন্দি করেছিলেন যাদের ব্রহ্ম জ্ঞান, রাজযোগের জ্ঞান ছিল না। যখন তিনি রাজযোগের জ্ঞান প্রাপ্ত করেন তখন এক সেকেন্ডে জীবনমুক্তি পেয়েছিলেন। ভ্রষ্টাচারীর অর্থ কেবল এই নয় যে ঘুষ খায়। না, বাবা বলেন মানুষ মাত্র সবাই হল ভ্রষ্টাচারী কারণ সবার শরীর বিকারের দ্বারা জন্ম নিয়েছে। তোমাদের শরীরও বিকারের দ্বারা জন্মেছে। কিন্তু এখন তোমরা নিজেকে আত্মা নিশ্চয় করে বাবার আপন হয়েছো, দেহ-অভিমান ত্যাগ করেছো তাই তোমরা হলে পরমপিতা পরমাত্মার মুখ বংশীয় সন্তান, ঈশ্বরীয় সন্তান । পরমপিতা পরমাত্মা এসে তোমাদের অর্থাৎ তোমরা আত্মাদের আপন করেছেন। এ হল খুবই গুহ্য কথা। আমরা আত্মারা পরমপিতা পরমাত্মার বংশের হয়েছি। আত্মা বলে - বাবা । সত্যযুগে আত্মা, পরমাত্মাকে বাবা বলে সম্বোধন করবে না। সেখানে তো জীব আত্মা, জীব আত্মাকেই বাবা বলবে। তোমরা হলে জীব আত্মা। এখন বাবা বলছেন নিজেকে আত্মা নিশ্চয় করে পরমাত্মাকে স্মরণ করো। সবচেয়ে উত্তম জন্ম হল ব্রাহ্মণদের। আত্মা বলে আমরা আপনার সন্তান হয়েছি। গর্ভ থেকে জন্ম হয়নি। বাবার পরিচয় জেনে তাঁর আপন হয়েছি। শিববাবা আমরা আপনার এবং আপনার মতানুসারেই চলবো। কতখানি সূক্ষ্ম কথা। বাবা বলেছেন, যখন বাবার কাছে যাও তখন এই নিশ্চয় করো যে আমরা শিববাবার সামনে বসে আছি। আত্মাও হল নিরাকার তো শিববাবাও হলেন নিরাকার। শিববাবার স্মরণের দ্বারাই বিকর্মের বিনাশ হয়। স্মরণ না করলে ভ্রষ্টাচারী হবে। কত কঠিন কথা, কিন্তু তোমরা বাচ্চারা ভুলে যাও যে আমি আত্মা পরমপিতা পরমাত্মার কোলে বসে আছি। ভুলে যাওয়ার দরুন এই নেশা ও খুশী স্থায়ীভাবে থাকে না। বাবাকে স্মরণ করলেই এই অভ্যাসে অভ্যাসী হবে তখন দেহী-অভিমানী হয়ে যাবে। বিদেশে অনেক কন্যারা আছে, সম্মুখে নেই। কিন্তু বাবাকে স্মরণ করে। বাবাকে খুব ভালোবেসে স্মরণ করতে হবে। যেমন সজনী নিজের সজনকে স্মরণ করে। চিঠি পত্র না এলে সজনী চিন্তায় থাকে। তোমরা সজনীরা তো কত ধাক্কা খেয়ে পরম সজনকে পেয়েছো, তাই ভালোভাবে স্মরণে থাকা উচিত। আচার আচরণ খুব ভালো থাকা উচিত। আসুরিক আচরণ থাকলে গলার স্বর রুদ্ধ হয়ে যায়। বাবা আচরণ দেখেই বুঝতে পারেন - এরা স্মরণ করে না তাই ধারণ হয় না। সার্ভিস করতে পারে না তাই পদ প্রাপ্তিও হবে না। সর্ব প্রথমে তো বাবার আপন সন্তান হতে হবে।

বি.কে. হতে হবে। বি.কে.দের অবশ্যই বাবার স্মরণ থাকবে কারণ ঠাকুর দাদার সম্পত্তি নিতে হবে। স্মরণে থাকা পরিশ্রমের কাজ। এমন কেউ ভেবো না যে, ভোগ অর্পণ করা হয়, আমরা সেই ভোগ খাই তাতে বুদ্ধিযোগ বাবার সঙ্গে যুক্ত থাকবে। না, এই ভোজন হল শুদ্ধ। কিন্তু সেই পরিশ্রম না করলে কিছুই হবে না। শ্রেষ্ঠাচারী স্মরণের দ্বারাই হতে পারবে। পবিত্রতা হল ফার্স্ট। আত্মাকে শুদ্ধ করতে যোগের বল প্রয়োজন, জলে স্নান ইত্যাদি করলে তো পবিত্র হতে পারবে না, কারণ আত্মাই পতিত হয়। এমন বলা হবে না - গহনা মিথ্যা, সোনাটি খাঁটি। তারা ভাবে আত্মা তো শুদ্ধ। গহনা অর্থাৎ শরীর মিথ্যা, তাকেই শুদ্ধ করতে হয়। কিন্তু তা নয়। আত্মা যদি শুধু হতো তবে শরীরও শুদ্ধ হতো। এখানে একজনও শ্রেষ্ঠ নয়। সত্যযুগে এমন বলা হবে না। তারা তো সম্পূর্ণ নির্বিকারী, বস্ত্র বিকারী হলে আত্মা পবিত্র কীভাবে হবে। সোনা পবিত্র হলে মিথ্যা গহনা তৈরি হবে কীভাবে, এ কিকরে সম্ভব। এই কথাটি ভালো ভাবে বোঝাতে হবে, এই সময় কেউ শ্রেষ্ঠাচারী নয়। বাবাকেও জানেনা এবং পবিত্রও নয়।

তোমরা বাচ্চারা জানো যে গরিব বাচ্চারাই গুপ্ত রূপে পুরুষার্থ করে রাজ্য ভাগ্য প্রাপ্ত করে বাকি সবকিছু তো বিনাশ হয়ে যাবে। এই জ্ঞান হল ভারতের জন্য। বাবা বলেন আমার ভক্তদের এই জ্ঞান শোনাও। শিবের পূজারী হোক বা দেবতাদের পূজারী । অন্য ধর্মেও অনেকে কনভার্ট হয়ে গেছে। সেখান থেকেও বেরিয়ে আসবে। মুখ্য কথা হল এখানকার পবিত্রতা, তবেই তো অপবিত্র মানুষ তাদেরকে নিজের গুরু রূপে স্বীকার করে তাদের সামনে মাথা নত করে। পরমাত্মা তো হলেন সদা পবিত্র (এভার পিওর)। তাঁকে সম্পূর্ণ নির্বিকারী বলা হবে না। পরমাত্মার মহিমা হল আলাদা। দেবতাদের মহিমাও পৃথকভাবে গাওয়া হয় - সম্পূর্ণ নির্বিকারী... । তাদেরকে তো পুনরায় বিকারী হতে হবে। এইসব কথা বুদ্ধিতে ধারণ করে তারপরে অন্যদেরকে বোঝাতে হবে। যাদব ও কৌরব... যথা রাজা রানী তথা প্রজা সবারই বিনাশ হয়েছে। জয়জয়কার হয়েছে কেবল পাণ্ডব সেনার। তারা হল গুপ্ত। শাস্ত্রে তো দেখানো হয়েছে - পাণ্ডবরা পাহাড়ে গলে গেছে। প্রলয়ের হিসেব করে দিয়েছে, কিন্তু প্রলয় তো হয় না। গীতার ভগবান বলেন আমি ধর্মের স্থাপনা করি। পতিত দুনিয়ায় আসি পবিত্র রাজ্য স্থাপন করতে। রাজযোগ শেখাতে আসি। এই যে প্রদর্শনী হয়, সেখানেও রাজযোগ শেখানো হয়। তোমাদের সবকিছু নির্ভর করে বোঝানোর দক্ষতার উপরে। বাবা বলেছিলেন এই চিত্রটি বানাও, যে রাজযোগে আমরা কীভাবে থাকি। উপরে থাকবে শিববাবার চিত্র। আমরা শিববাবার স্মরণে বসে আছি। তাঁর মতানুসারে চলি। উনি হলেন শ্রী শ্রী রুদ্র, উনি আমাদের শ্রেষ্ঠ করেন। শ্রী শ্রী টাইটেলটি বাস্তবে তাঁরই। এই ভারতের এত পতন হয়েছে কেন ? এক তো ঈশ্বরকে সর্বব্যাপী ভেবেছে এবং দ্বিতীয় নিজেকে ঈশ্বর ভেবে নিয়েছে।

তোমরা জানো সদ্গুরু তো হলেন একমাত্র বাবা। এ হল তাঁর জন্মভূমি। প্রকৃত সত্য-নারায়ণের কাহিনী কেবল বাবা এসে শুনিয়ে ভবসাগর পার করিয়ে নিয়ে যান। বাবা বলেন - পতিত-পাবন তো তোমরা আমাকেই বলো, তাইনা। আমাকেই সবাইকে ফিরিয়ে নিয়ে যেতে হবে। এ হল বিনাশের সময়, যে সময়ে হিসেব-নিকেশ মিটিয়ে আমরা পরমধামে ফিরে যাই। সবাই বলে নব ভারত, নব দিল্লি হোক। এবারে নব ভারত তো ছিল স্বর্গ। এখন তো নরক তাইনা। ভ্রষ্টাচারী হয়েছে। এইসব হল বোঝার মতো বিষয়, বোঝানোর মতো বিষয় । আত্মা ও পরমাত্মার রূপ কেউ জানেনা। যদিও বলে আমরা আত্মা, পরমাত্মার সন্তান কিন্তু নলেজ চাই তাইনা। বাবার নলেজ আছে। আত্মায় নলেজ কোথায় আছে। আমরা আত্মারা কত গুলি পুনর্জন্মে আসি, কোথায় থাকি, আবার কোথা থেকে আসি, কেন দুঃখে থাকি... কিছুই তো বুঝতে পারি না। তোমরা বাচ্চারা জানো বাবা আমাদের অর্থাৎ আমরা আত্মাদের পবিত্র বানাতে এসেছেন। সুতরাং সেই দৈবী গুণ গুলি চাই। আমি দেবতায় পরিণত হচ্ছি, তাই আমার মধ্যে কোনো অবগুণ থাকা উচিত নয়। নাহলে শত গুণ দন্ড ভোগ করতে হবে। পবিত্রতার প্রতিজ্ঞা করে পুনরায় কোনো খারাপ কাজ করলে একশ শতাংশ অপবিত্র হয়ে যায়। সার্ভিসের পরিবর্তে ডিস সার্ভিস করে, ফলে পদ ভ্রষ্ট হয়ে যায়। সর্বদা নিজেদের মধ্যে একে অপরের সঙ্গে জ্ঞানের চর্চা করা উচিত। আমরা বাবার কাছে এসেছি কাঁটা থেকে ফুলে অথবা মানুষ থেকে দেবতা হতে, বাবার কাছে স্বর্গের অধিকার (বর্সা) নিতে। এই কথাটি একে অপরকে শোনানো উচিত। আত্মা ও পরমাত্মার রূপ কেউ জানেনা। যদিও বলে আত্মা হল পরমাত্মার সন্তান। কিন্তু নলেজ চাই, ধারণা চাই, যারা মায়াবী গল্প করে অর্থাৎ মায়ার গল্প করে, কাউকে দুঃখ দেয় তাদের ট্রেটর বলা হয়। এও দেখানো হয়েছে না যে অসুরদের জ্ঞান অমৃত পান করানো হয়েছে তারপরে তারা বাইরে গিয়ে কুকর্ম করতো। এমনও অনেকে আছে জ্ঞান পান করতেও থাকে আবার ডিস সার্ভিসও করতে থাকে। বাস্তবে তোমরা সবাই হলে কন্যা, অধর কুমারীদের তো মন্দির আছে। দিলওয়ারা মন্দির তো তোমাদের অ্যাকুরেট স্মরণিক। তোমাদের মধ্যেও অনেকের বুদ্ধিতে খুব মুশকিলে বসে। বুদ্ধি খুব স্বচ্ছ থাকা উচিত। তোমরা হলে এখন ঈশ্বরীয় পরিবারের। তাই সতর্ক থাকা উচিত আমাদের আচরণ কতখানি ভালো হওয়া উচিত। যাতে মানুষ বুঝতে পারে যে এরা যথাযথভাবে শ্রীমৎ প্রাপ্ত করছে। এখানে শ্রেষ্ঠতম হলে, তবে সেখানে পদ মর্যাদা প্রাপ্ত হবে। শ্রেষ্ঠ এখানে হতে হবে। গৃহস্থে থেকে এই অন্তিম জন্মে পবিত্র

থাকতে হবে। আচ্ছা!

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

ধারণার জন্যে মুখ্য সারঃ-

১) শুদ্ধ ভোজন গ্রহণ করার সময় আত্মাকে পবিত্র বানানোর জন্য স্মরণের পরিশ্রম নিশ্চয়ই করতে হবে। স্মরণের দ্বারাই শ্রেষ্ঠাচারী হতে হবে। বিকর্ম বিনাশ করতে হবে।

২) এই বিনাশের সময় যখন ঘরে (পরমধাম) ফিরে যেতে হবে তখন পুরানো হিসেব নিকেশ মিটিয়ে ফেলতে হবে। নিজেদের মধ্যে জ্ঞানের চর্চা করতে হবে। মায়ার গল্প বা মায়াবী গল্প করবে না।

বরদানঃ- পবিত্রতার রয়্যালটির দ্বারা জীবনের বিশেষত্ব গুলি প্রত্যক্ষ করে সম্পূর্ণ পবিত্র ভব

পবিত্রতার রয়্যালটি হল ব্রাহ্মণ জীবনের বিশেষত্ব। যেমন কোনো রয়্যাল পরিবারের বাচ্চার চেহারায়, আচরণে জানা যায় যে এই বাচ্চাটি কোনো রয়্যাল কুলের। তেমনই ব্রাহ্মণ জীবনকে পরখ করা হয় পবিত্রতার ঝলক দ্বারা। আচার আচরণ ও চেহারায় পবিত্রতার ঝলক তখন দেখা যাবে যখন সঙ্কল্পেও অপবিত্রতার নামটুকুও থাকবে না। পবিত্রতা অর্থাৎ কোনো রকমের বিকার বা অশুদ্ধতার প্রভাব যেন না থাকে, তখন বলা হবে সম্পূর্ণ পবিত্র।

স্লোগানঃ- হোলি হংস হল সে যে ব্যর্থকে সমর্থে পরিবর্তন করে দেয়।

মাতেশ্বরী দেবীর অমূল্য মহাবাক্য - "এই ঈশ্বরীয় সৎসঙ্গ সাধারণ (কমন) সৎসঙ্গ নয়"

আমাদের এই যে ঈশ্বরীয় সৎসঙ্গ, তা কোনো কমন বা সাধারণ সৎসঙ্গ নয়। এ' হল ঈশ্বরীয় স্কুল, কলেজ। যে কলেজে আমাদের নিয়মিত স্টাডি করতে হয়, বাকি গুলি তো হল শুধুই সৎসঙ্গ করা, কিছু সময় সেখানে শুনে তারপরে যেমনকার তেমনই হয়ে যায় কারণ সেখানে কোনো রেগুলার পড়াশোনা করানো হয় না, সেখানে কোনো প্রালব্ধ নির্মাণ হয় না, তাই আমাদের সৎসঙ্গ কমন সৎসঙ্গ নয়। আমাদের তো ঈশ্বরীয় কলেজ, যেখানে পরমাত্মা বসে পড়ান এবং আমরা সেই পড়াশোনা সম্পূর্ণ রূপে ধারণ করে উঁচু পদ প্রাপ্ত করি। যেমন স্কুলে প্রতিদিন মাস্টার পড়িয়ে ডিগ্রি প্রদান করে, ঠিক তেমন ভাবে এখানেও স্বয়ং পরমাত্মা, গুরু, পিতা, টিচার রূপে আমাদের পড়িয়ে সর্বোত্তম দেবী দেবতা পদ প্রাপ্ত করান তাই এই স্কুলে যুক্ত হওয়া জরুরি। এখানে যারা আসে তাদের এই নলেজ অবশ্যই বুঝতে হবে, এখানে কি শিক্ষা প্রাপ্ত হচ্ছে, এই শিক্ষা গ্রহণ করলে আমাদের কি প্রাপ্তি হবে! আমরা তো জেনেছি যে আমাদেরকে স্বয়ং পরমাত্মা এসে ডিগ্রি পাশ করান এবং এক জন্মেই সম্পূর্ণ কোর্স পূর্ণ করতে হবে। অতএব যারা শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত এই জ্ঞানের কোর্স পুরোপুরি অর্জন করবে তারা ফুল পাশ করবে, বাকি যারা কোর্সের মাঝখানে আসবে তারা তো এত নলেজ গ্রহণ করবে না, তারা কীভাবে জানবে আগে কি কোর্স পড়ানো হয়েছে ? তাই এখানে রেগুলার পড়া করতে হবে, এই নলেজ জানলেই এগিয়ে যাবে, তাই নিয়মিত স্টাডি করতে হবে। আচ্ছা - ওম্ শান্তি।

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;