11-04-2026 প্রাতঃ মুরলি ''অব্যক্ত বাপদাদা'' ওম্ শান্তি

''অন্তর্মুখী বাচ্চারা - জ্ঞান রূপ অবস্থাতে থেকে এই মহাবাক্য গুলিকে ধারণ করো, তখনই নিজের এবং অন্য আত্মাদের কল্যাণ করতে পারবে''
(দাদীদের ডায়রী থেকে)

প্রত্যেক পুরুষার্থী বাচ্চাকে প্রথমে অবশ্যই অন্তর্মুখী অবস্থা ধারণ করতে হবে । এই অন্তর্মুখীতাতে অনেক বড় কল্যাণ নিহিত রয়েছে, এই অবস্থাতে থেকেই অবিচল, স্থির, ধৈর্যবৎ, নির্মাণ-চিত্ত ইত্যাদি দৈবী গুণ গুলির ধারণা হতে পারে তথা সম্পূর্ণ জ্ঞানময় অবস্থা প্রাপ্ত হওয়া সম্ভব । অন্তর্মুখী না হওয়ার কারণে সেই সম্পূর্ণ জ্ঞান রূপ অবস্থা প্রাপ্ত হয় না, কেননা যে যে "মহাবাক্য" সম্মুখে (বসে) শোনা হয়, তাকে যদি গভীরতায় প্রবেশ করে গ্রহণ না করে, কেবল সেই মহাবাক্য গুলি শুনে রিপিট করে দেয়, তবে সেই মহাবাক্য, বাক্য হয়েই রয়ে যায় । জ্ঞান রূপ অবস্থায় থেকে যে মহাবাক্য না শোনা হয়, তবে সেই মহাবাক্য গুলির উপরে মায়ার ছায়া পড়ে যায় । এখন এইরূপ মায়ার অশুদ্ধ ভাইব্রেশনে ভরা মহাবাক্য শুনে তা রিপিট করলে নিজের প্রতি তো বটেই, অন্যদেরও অকল্যাণ হয়ে যায়। সেইজন্য হে বাচ্চারা, তোমরা অন্তর্মুখী হয়ে যাও ।

তোমাদের এই মন হলো মন্দির সদৃশ্য । মন্দির থেকে যেমন সর্বদা সুগন্ধ আসে, তেমনই মন মন্দির যখন পবিত্র হয়, তখন সঙ্কল্পও পবিত্রই ইমার্জ হয় । মন্দিরে যেমন পবিত্র দেবী - দেবতার চিত্রই রাখা হয়, নাকি দৈত্যদের । তেমনই তোমরা বাচ্চারা তোমাদের মন বা হৃদয় রূপী মন্দিরকে সর্ব ঈশ্বরীয় গুণের মূর্তিতে সাজিয়ে দাও, সেই গুণ হলো - নির্মোহ, নির্লোভ, নির্ভয়, ধৈর্যবৎ, নিরহংকার ইত্যাদি, কেননা এইসব তোমাদেরই দিব্য লক্ষণ । বাচ্চারা, তোমাদের মন মন্দিরকে উজ্জ্বল অর্থাৎ সম্পূর্ণ শুদ্ধ বানাতে হবে । মন মন্দির যখন শুদ্ধ বা উজ্জ্বল হবে তখনই নিজের উজ্জ্বল, প্রিয় বৈকুন্ঠ দেশে যেতে পারবে । তাই এখন নিজের মনকে উজ্জ্বল বানানোর প্রচেষ্টা করতে হবে তথা মন সহ বিকারী কর্মেন্দ্রিয়কে বশ করতে হবে। কিন্তু তা কেবল নিজের নয়, অন্যের প্রতিও এই দিব্য সেবা করতে হবে ।

বাস্তবে সার্ভিসের অর্থ হলো অত্যন্ত সূক্ষ্ম এবং মিহি। এমন নয় যে কারোর ভুল দেখে কেবলমাত্র সাবধান করা, সেবা শুধু এই পর্যন্তই । তা কিন্তু নয়, বরং সূক্ষ্ম ভাবে তাদেরকে নিজের যোগের শক্তি পৌঁছে দিয়ে, তাদের অশুদ্ধ সঙ্কল্প ভস্ম করে দিতে হবে, এটাই হলো সর্বোত্তম প্রকৃত সেবা। আর এর সাথে সাথে নিজের প্রতিও মনোযোগ দিতে হবে । কেবলমাত্র বাণী বা কর্ম পর্যন্তই নয়, মনেও যদি কোনো অশুদ্ধ সঙ্কল্পের উৎপত্তি হয়, তাহলে সেই ভাইব্রেশন অন্যদের কাছে গিয়ে সূক্ষ্মভাবেও তাদের অকল্যাণ করে, যার বোঝা নিজের উপর আসে, আর সেই বোঝা-ই বন্ধনে পরিণত হয়। তাই হে বাচ্চারা, তোমরা সাবধান থাকো, আর অন্যদের প্রতিও এমন দিব্য সেবা করো, এটাই হলো তোমাদের মতো সেবাধারী বাচ্চাদের অলৌকিক কর্তব্য । এমন সেবা যারা করে, তাদের তখন নিজের প্রতি কোনো পৃথক সেবা করতে হয় না । মনে করো, যদি কখনো কোনো ভুল অসাবধানতা বশতঃ হয়েও যায়, তাহলে তাকে নিজের বুদ্ধিযোগের বলের দ্বারা চিরকালের জন্য ঠিক করে দিতে হবে । এমন তীব্র পুরুষার্থী সামান্য ইশারা পেলেই শীঘ্রই তা অনুভব করে পরিবর্তন করে নেয় আর ভবিষ্যতের জন্য খুব ভালোভাবে অ্যাটেনশন রেখে চলে, সেটাই হলো বিশাল বুদ্ধি বাচ্চাদের কর্তব্য ।

হে আমার প্রাণেরা, পরমাত্মার দ্বারা রচিত এই অবিনাশী জ্ঞান যজ্ঞের প্রতি নিজের তন, মন এবং ধনকে সম্পূর্ণ ভাবে স্বাহা করার রহস্য অতি মিহি (সূক্ষ্ম) । যে মুহূর্তে তোমরা বলো যে, আমি তন, মন এবং ধন সহ যজ্ঞতে স্বাহা অর্থাৎ অর্পণ হয়ে মৃত হয়ে গেছি, সেই মুহূর্ত থেকে আর নিজের বলে কিছুই থাকে না । এতেও প্রথমে তন এবং মনকে সম্পূর্ণ ভাবে সেবাতে নিয়োজিত করতে হবে । সবকিছুই যখন যজ্ঞ বা পরমাত্মার জন্য, তখন নিজের জন্য আর কিছুই থাকতে পারে না, ধনও ব্যর্থ নষ্ট করতে পারো না । মনও অশুদ্ধ সঙ্কল্প - বিকল্পের প্রতি আকৃষ্ট হতে পারে না, কেননা তা পরমাত্মাকে অর্পণ করে দিয়েছো । এখন পরমাত্মা তো হলোই শুদ্ধ শান্ত স্বরূপ । এই কারণে অশুদ্ধ সঙ্কল্প শীঘ্রই শান্ত হয়ে যায় । মন যদি মায়ার হাতে সমর্পণ করে দাও, মায়ার বিভিন্ন রূপ থাকার কারণে অনেক প্রকারের বিকল্প উৎপন্ন করিয়ে মন রূপী ঘোড়ায় সাওয়ার হয়ে যায় । এখনো যদি কোনো বাচ্চার সঙ্কল্প বা বিকল্প আসে, তাহলে বোঝা উচিত যে, এখনও পর্যন্ত মন পূর্ণতঃ স্বাহা হয়নি, অর্থাৎ ঈশ্বরীয় মন তৈরী হয়নি, তাই হে সর্বত্যাগী বাচ্চারা, এই গুহ্য রহস্যকে বুঝে কর্ম করাকালীন সাক্ষী হয়ে নিজেকে দেখে খুব সাবধানতা সাথে চলতে হবে ।

স্বয়ং গোপী বল্লভ তাঁর প্রিয় তোমাদের অর্থাৎ গোপ - গোপিনীদের বোঝাচ্ছেন যে - তোমাদের প্রত্যেকের বাস্তবিক প্রকৃত

প্রেম কি ! হে প্রাণী, তোমাদের একে অপরের প্রেম ভরা সাবধানবাণীকে স্বীকার করতে হবে, কেননা যত প্রিয় ফুল ততই শ্রেষ্ঠ পালন । ফুলকে ভ্যালুয়েবল তৈরী করার কারণে মালিকে কাঁটার আঘাতের মধ্যে দিয়ে যেতে হয় । তেমনই তোমাদেরও কেউ যখন সাবধান করে, তখন বুঝতে হবে যে, সে আমার পালনা করেছে অর্থাৎ আমার সার্ভিস করেছে । সেই প্রতিপালনের বা সার্ভিসের রিগার্ড দিতে হয়, এটাই হলো সম্পূর্ণ হওয়ার যুক্তি । এটাই হলো জ্ঞান সহ প্রকৃত আন্তরিক প্রেম । এই দিব্য প্রেমে একে অপরের প্রতি অত্যন্ত রিগার্ড থাকা প্রয়োজন । প্রতিটি বিষয়ে প্রথমে নিজেকে সাবধান করতে হবে, এটাই হলো নির্মাণচিত্ত অতি মধুর অবস্থা । এমন প্রেম পূর্বক চললে তোমাদের এখানেই সত্যযুগের তুল্য সুন্দর দিনের আন্তরিক অনুভব হবে । ওখানে তো এই প্রেম স্বাভাবিকভাবে থাকে, কিন্তু সঙ্গমের এই অত্যন্ত সুইটেস্ট সময়ে একে অপরের জন্য সেবা করার এ হলো অতি মিষ্টি রমণীয় প্রেম, এই শুদ্ধ প্রেমের মহিমাই জগতে করা হয়েছে ।

তোমাদের মতো প্রত্যেক চৈতন্য ফুলেদের সর্বদা প্রফুল্লিত আনন (হর্ষিত মুখ) থাকা চাই, কেননা নিশ্চয়বুদ্ধি হওয়ার কারণে তোমাদের শিরায় - উপশিরায় সম্পূর্ণ ঈশ্বরীয় শক্তি মিশে রয়েছে । এমন আকর্ষণ শক্তির দিব্য চমৎকার রূপের অবশ্যই বহিঃপ্রকাশ ঘটিয়ে থাকে । ছোটো নির্দোষ বাচ্চা যেমন শুদ্ধ পবিত্র হওয়ার কারণে সর্বদা হাসতে থাকে, আর নিজের সুন্দর চরিত্রের জন্য সবাইকে আকর্ষণ করে । তেমনই তোমাদের প্রত্যেকেরই এমন ঈশ্বরীয় সুন্দর জীবন হওয়া উচিত, এরজন্য তোমাদের যে কোনো উপায়েই নিজের আসুরিক স্বভাবের উপর জয় প্রাপ্ত করতে হবে । কাউকে যখন দেখবে যে, এ ক্রোধ বিকারের বশীভূত হয়ে আমার সামনে এসেছে, তখন তার সামনে জ্ঞান রূপ হয়ে শিশু সুলভ মিষ্টি রীতির সঙ্গে হাসতে থাকো, তখন সে নিজে থেকেই শান্ত চিত্ত হয়ে যাবে অর্থাৎ বিস্মৃতি স্বরূপ থেকে স্মৃতি স্বরূপে এসে যাবে । যদিও সে বুঝতেও না পারে, কিন্তু তোমরা সূক্ষ্ম রীতিতে তাদেরকে জয় করে মালিক হয়ে যাও, এই হলো মালিক আর বালক ভাবের সর্বোচ্চ শিরোমণি বিধি ।

ঈশ্বর যেমন সম্পূর্ণ জ্ঞান রূপ, তেমনই সম্পূর্ণ প্রেম রূপও । ঈশ্বরের মধ্যে দুই গুণই বিলীন হয়ে আছে, তবুও প্রথম হলো জ্ঞান, আর দ্বিতীয় প্রেম । কেউ যদি প্রথমে জ্ঞান রূপ না হয়ে কেবল প্রেম রূপ হয়ে যায়, তাহলে সেই প্রেম অশুদ্ধ খাতায় নিয়ে যায়, তাই প্রেমকে মার্জ করে প্রথমে জ্ঞান রূপ হয়ে তারপর ভিন্ন - ভিন্ন রূপে আসা মায়াকে জয় করে পরে প্রেম রূপ হতে হবে । জ্ঞান ছাড়া যদি প্রেমে আসো তাহলে কোথাও বিচলিতও হয়ে যাবে । যেমন কেউ জ্ঞান রূপ হওয়া ছাড়া ধ্যানে যায়, তখন কোনো কোনো বার মায়াতে আটকে যায়, তাই বাবা বলেন, হে বাচ্চারা, এই ধ্যানও এক সুতোর শৃঙ্খল, কিন্তু জ্ঞান রূপ হয়ে পরে ধ্যান করলে অতি আনন্দের অনুভব হয় । তাই প্রথমে হলো জ্ঞান, তারপর ধ্যান । ধ্যানিষ্ট অবস্থা থেকে জ্ঞানিষ্ট অবস্থা শ্রেষ্ঠ । তাই হে বাচ্চারা, প্রথমে জ্ঞান রূপ হয়ে তারপর প্রেম ইমার্জ করতে হবে । জ্ঞান ছাড়া প্রেম এই পুরুষার্থী জীবনে বিঘ্ন সৃষ্টি করে ।

সাক্ষীভাবের অবস্থা অতি মিষ্টি, রমণীয় এবং সুন্দর । এই অবস্থার উপরেই ভবিষ্যৎ জীবনের সবকিছুই নির্ভর করে । যেমন কারোর কাছে যদি কোনো শারীরিক ভোগ আসে, সেই সময় যদি সে সাক্ষী, সুখ স্বরূপ অবস্থায় উপস্থিত থেকে তা ভোগ করে তাহলে অতীত কর্মের ভোগকেও শোধ করতে পারে, এর সাথে সাথে ভবিষ্যতের জন্যও সুখের হিসাব তৈরী করে । তাই এই সাক্ষীভাবের সুখ রূপ অবস্থা অতীত এবং ভবিষ্যৎ এই দুইয়েরই যোগ রাখে । তাই এই রহস্যকে বুঝতে পারলে কেউই এমন বলবে না যে, আমার এই সুন্দর সময় কেবল শোধ করাতেই চলে গেলো । তা নয়, এই সুন্দর সময় হলো পুরুষার্থের সময়, যেই সময় দুই কার্যই সম্পূর্ণ রীতিতে সিদ্ধ হয় । এমন দুই কার্যকে সিদ্ধ করা পুরুষার্থীই সুখ আর আনন্দের অনুভবে থাকে ।

বাচ্চারা, ভ্যারাইটি এই বিরাট ড্রামার প্রতিটি বিষয়ে তোমাদের সম্পূর্ণ নিশ্চিত থাকা উচিত, কেননা এই বানানো ড্রামা সম্পূর্ণ বিশ্বাসযোগ্য । দেখো, এই ড্রামা প্রত্যেক জীব - প্রাণীর থেকে তার পার্ট সম্পূর্ণ ভাবে করিয়ে নেয় । যদিও কেউ ভুল হয়, তাও সেই ভুল পার্টও পূর্ণ রীতিতে করে । এও ড্রামাতে নির্ধারিত রয়েছে । যখন ভুল এবং ঠিক দুইই প্ল্যানে নির্ধারিত, তখন কোনো বিষয়ে সংশয় আসা, এ কোনো জ্ঞান নয়, কেননা প্রত্যেক অ্যাক্টর্স তাদের নিজের নিজের অ্যাক্ট করে চলেছে । বায়োস্কোপে যেমন অনেক ভিন্ন - ভিন্ন নাম - রূপধারী অ্যাক্টর নিজের নিজের অ্যাক্ট করে, তাই তাদের কারোর প্রতি ঘৃণা বা কাউকে দেখে আনন্দিত হলে, এমন হয় না । এটা জানা থাকে যে, এ এক খেলা, যাতে প্রত্যেকেই নিজের ভালো বা মন্দ পার্ট পেয়েছে । তেমনই এই অনাদি বানানো বায়োস্কোপকেও সাক্ষী হয়ে একরস অবস্থায় হর্ষিত মুখ হয়ে দেখতে হবে । সংগঠনে এই পয়েন্ট খুব ভালোভাবে ধারণ করতে হবে । একে অপরকে ঈশ্বরীয় রূপে দেখতে হবে, অনুভবের জ্ঞানে সর্ব ঈশ্বরীয় গুণের ধারণা করতে হবে । নিজের লক্ষ্য স্বরূপের স্মৃতিতে শান্তচিত্ত, নির্মাণচিত্ত, ধৈর্যবৎ, মিষ্টতাপূর্ণ, শীতলতা

ইত্যাদি সর্ব দৈবী গুণ ইমার্জ করতে হবে।

ধৈর্যবৎ অবস্থা ধারণ করার মুখ্য ফাউণ্ডেশন হলো - ওয়েট এন্ড সি। এ আমার প্রিয় বাচ্চারা, ওয়েট অর্থাৎ ধৈর্য ধরা, সি অর্থাৎ দেখা। নিজের হৃদয়ের গভীরে প্রথমে ধৈর্যবৎ গুণ ধারণ করে তারপর বাইরে থেকে এই বিরাট ড্রামাকে সাক্ষী হয়ে দেখতে হবে। যতক্ষণ না কোনো রহস্য শোনার সময় নিকটে আসে, ততক্ষণ এই ধৈর্যের গুণ ধারণ করতে হবে। সময় আসলে সেই ধৈর্যতার গুণের সঙ্গে রহস্য শুনলে কখনোই বিচলিত হবে না। তাই হে পুরুষার্থী প্রাণী, তিষ্ঠ, আর সামনে এগিয়ে রহস্য দেখতে থাকো। এই ধৈর্যবৎ অবস্থার দ্বারা সমস্ত কর্তব্য সম্পূর্ণ রূপে সিদ্ধ (সফল) হয়। এই গুণ নিশ্চয়ের সাথে যুক্ত হয়ে আছে। এমন নিশ্চয়বুদ্ধি, সাক্ষীদ্রষ্টা হয়ে প্রতিটি খেলাকে আনন্দিত চেহারায় দেখে আন্তরিক ধৈর্য এবং অটলচিত্ত থাকে, এই হলো জ্ঞানের পরিপক্ক অবস্থা, যা অন্তিমে সম্পূর্ণতার সময় প্রত্যক্ষভাবে থাকে, তাই দীর্ঘ সময় ধরে এই সাক্ষীভাবের অবস্থায় স্থির থাকার পরিশ্রম করতে হবে।

নাটকে যেমন অ্যাক্টরকে তার পার্ট পূর্ণ রূপে প্লে করার জন্য আগে থেকেই রিহার্সাল দিতে হয়, তেমনই তোমাদের মতো প্রিয় ফুলেদেরও আগত ভারী পরীক্ষাকে যোগবলের দ্বারা পাশ করার জন্য পূর্ব হতেই রিহার্সাল অবশ্যই করতে হবে, কিন্তু দীর্ঘকালের পুরুষার্থ যদি না করা হয়, তাহলে সেই সময় ঘাবড়ে যাওয়ার কারণে ফেল করে যাবে, তাই প্রথমে নিজের ঈশ্বরীয় ফাউণ্ডেশন পাকা করে দৈবীগুণধারী হয়ে যেতে হবে।

জ্ঞান স্বরূপ স্থিতিতে স্থির থাকলে শীঘ্রই জ্ঞান রূপ অবস্থা হয়ে যায়। 'জ্ঞানী তু আত্মা' বাচ্চারা যখন একত্রিত হয়ে মুরলী শোনে, তখন চারিদিকে শান্তির বায়ুমণ্ডল তৈরী হয়, কেননা তারা যে মহাবাক্যই শোনে তাতেই আন্তরিক গভীরতায় চলে যায়। এই ডীপে (গভীরতায়) যাওয়ার কারণে তাদের আন্তরিক শান্তির মিষ্টি অনুভব হয়। তখন আর এরজন্য বসে বিশেষ কোনো পরিশ্রম করার প্রয়োজন পড়ে না, কিন্তু জ্ঞানের অবস্থায় স্থিত থাকলে এই গুণ অনায়াসেই এসে যায়। বাচ্চারা, তোমরা যখন ভোরবেলা উঠে একান্তে বসো তখন শুদ্ধ বিচার রূপী ঢেউ উৎপন্ন হয়, সেই সময় খুবই উপরাম (ঊর্ধ্ব) অবস্থার প্রয়োজন। এরপর নিজের শুদ্ধ সঙ্কল্পে স্থিত হলে অন্য সব সঙ্কল্প নিজে থেকেই শান্ত হয়ে যাবে, আর মন দৃঢ়চেতা হয়ে যাবে, কেননা মনকে বশ করার জন্যও কোনো শক্তির তো অবশ্যই প্রয়োজন, তাই প্রথমে নিজের লক্ষ্য স্বরূপের শুদ্ধ সঙ্কল্প ধারণ করো। আন্তরিক বুদ্ধিযোগ যখন উচিত মতো হবে, তখন শীঘ্রই তোমাদের নিঃসঙ্কল্প অবস্থা হয়ে যাবে। আচ্ছা।

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

ধারণার জন্য মুখ্য সার :-

১) নিজের লক্ষ্য স্বরূপের স্মৃতির দ্বারা শান্ত চিত্ত, নির্মাণ চিত্ত, ধৈর্যবৎ, মিষ্টতাপূর্ণ, শীতলতা ইত্যাদি সর্ব দৈবী গুণ ধারণ করতে হবে।

২) নিশ্চয়বুদ্ধি, সাক্ষীদ্রষ্টা হয়ে আনন্দিত চেহারায় এই খেলাকে দেখে আন্তরিক ধৈর্য এবং অটলচিত্ত থাকতে হবে। দীর্ঘ সময়কাল ধরে এই সাক্ষীভাবের অবস্থায় স্থিত থাকার পরিশ্রম করতে হবে।

বরদানঃ- একটাই রাস্তা এবং একের সাথেই রিস্তা (সম্পর্ক) রেখে চলা সম্পূর্ণ ফরিস্তা ভব

নিরাকার বা সাকার যেকোনো রূপে যদি বুদ্ধির সংযোগ বা সম্পর্ক এক বাবার সঙ্গে দৃঢ় হয়, তাহলে ফরিস্তা হয়ে যাবে। যার সব সম্পর্ক একে এর সঙ্গেই যুক্ত, সে-ই হলো সর্বদা ফরিস্তা। যেমন সরকার রাস্তায় বোর্ড লাগিয়ে দেয় - "এই রাস্তা বন্ধ" - তেমনি সব রাস্তা (অন্য দিক) ব্লক করে দিলে বুদ্ধির বিভ্রান্ত হয়ে ঘুরে বেড়ানো বন্ধ হয়ে যাবে। বাপদাদার এটাই ফরমান - প্রথমে সব রাস্তা বন্ধ করো। এর ফলে সহজেই ফরিস্তা হয়ে যাবে।

স্লোগানঃ- সদা সেবার উৎসাহ-উদ্দীপনায় থাকা - এটাই হলো মায়ার থেকে সেফ্টির সাধন।

অব্যক্ত ইশারা :- মহান হওয়ার জন্য মধুরতা আর নম্রতার গুণ ধারণ করো। তোমাদের বলা কথা আর স্বরূপ - দুটোই একসাথে হবে। কথা স্পষ্টও হবে, তাতে স্নেহও থাকবে, নম্রতা ও মাধুর্যও থাকবে। সত্যতাও থাকবে, স্বরূপের নম্রতাও থাকবে - এইভাবেই বাবাকে প্রত্যক্ষ করাতে

পারবে। নির্ভীক হও, কিন্তু কথা যেন মর্যাদার মধ্যে থাকে। যখন এই দু'টির (সত্যতা ও নম্রতা) ব্যালেন্স থাকবে, তখনই চমৎকার ফল দেখা দেবে। তখন তোমাদের বলা শব্দ কড়া নয়, বরং মধুর মনে হবে। 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;