''সেবার সময় ডবল লাইট স্থিতির দ্বারা ফরিস্তাসুলভ অবস্থায় থাকো, অশরীরী হওয়ার অভ্যাস করো''

আজ বাপদাদা চারিদিকের বাচ্চাদের তিনটি রূপ দেখছেন, যেমন তোমরা বাবার তিনটি রূপ জানো, তেমনই বাচ্চাদেরও তিনটি রূপ দেখছেন। এই সঙ্গমযুগের যেটা লক্ষ্য ও লক্ষণ - প্রথম রূপ ব্রাহ্মণ, দ্বিতীয় ফরিস্তা, তৃতীয় দেবতা। ব্রাহ্মণ থেকে ফরিস্তা, ফরিস্তা থেকে দেবতা। তাহলে বর্তমান সময়ে বিশেষ কোন্ লক্ষ্য সামনে থাকে? কারণ ফরিস্তা না হলে দেবতা হওয়া যায় না। তাই বর্তমান সময়ে এবং নিজের পুরুষার্থ অনুযায়ী এখন লক্ষ্য একটাই - ফরিস্তা হওয়া। সঙ্গমযুগের সম্পন্ন রূপ হলো ফরিস্তা তথা দেবতা হওয়া। তোমরা ফরিস্তার পরিভাষাও জানো। ফরিস্তা অর্থাৎ পুরানো দুনিয়ার সম্পর্ক, সংস্কার ও সংকল্প থেকে হালকা থাকা। পুরানো সংস্কারের সবেতেই হালকা। শুধু নিজের সংস্কার, স্বভাব বা সংসারের বিষয়ে হালকাভাব নয়, বরং ফরিস্তা অর্থাৎ সকলের সঙ্গে সম্পর্কে এসেও সকলের স্বভাব-সংস্কারের প্রতিও হালকাভাব। এই হালকাভাবের লক্ষণ কী? সেই ফরিস্তা আত্মা হবে সবার প্রিয়। কারও কারও প্রিয় নয়, সবার প্রিয়। যেমন ব্রহ্মা বাবাকে প্রত্যেকে নিজের বলে অনুভব করতো, ''আমার বাবা'' বলতো। এই রকম ফরিস্তা অর্থাৎ সবার প্রিয়। অনেক বাচ্চা ভাবে ব্রহ্মা বাবা তো ব্রহ্মাই ছিলেন। কিন্তু তোমরা সবাই তোমাদের মতোই ব্রাহ্মণ আত্মাদের মধ্যে দেখেছো যে, তোমাদের সকলের প্রিয় দাদি, যাকে সবাই ভালোবাসার সাথে অনুভব করতো যে, ইনি ''আমাদের দাদি''। সকল দিকের স্বভাব, সংস্কার এবং এই পুরানো দুনিয়ায় থেকেও এত ডিট্যাচ্ড ও প্রিয়, সবাই নিজের অধিকারের সাথে বলতো, আমাদের দাদি। তো এর কারণ কী? নিজের স্বভাব ও সংস্কারে তিনি ছিলেন হালকা। সবাইকে আপনত্বের অনুভব করাতেন। এক্সাম্পল হয়ে রইলেন। জগৎ অম্বাকেও তোমরা দেখেছো, কিন্তু অনেকেই ভাবে তিনি তো জগৎ অম্বাই ছিলেন। কিন্তু দাদি তো তোমাদের ব্রাহ্মণ পরিবারে যেন সাথী ছিলেন। তাঁর কাছে যদি পুরুষার্থের বিষয়ে শুনতে বা জিজ্ঞাসা করতে, তাহলে তাঁর মুখে সবসময় একটি কথাই থাকতো - ''এখন কর্মাতীত হতে হবে।'' কর্মাতীত হওয়ার একাগ্রতায় তিনি অন্যদেরও বারবার এই কথাটাই মনে করিয়ে দিতেন। তাই প্রতিটি ব্রাহ্মণের এখন লক্ষ্য ও লক্ষণ বিশেষ ভাবে এটাই হওয়া উচিত, আছেও, কিন্তু নম্বর অনুযায়ী। এই একাগ্রতা যেন থাকে এখন ফরিস্তা হতেই হবে। ফরিস্তা অর্থাৎ এই দেহ, সাকার দেহ থেকে ডিট্যাচ, সদা লাইটের দেহধারী। ফরিস্তা অর্থাৎ এই কর্মেন্দ্রিয়ের রাজা।

বাপদাদা পূর্বেও শুনিয়েছিলেন যে সমগ্র সৃষ্টিচক্রের মধ্যে এক বাপদাদাই আছেন যিনি দৃঢ়তার সাথে বলেন যে আমার এক একটি বাচ্চা হলো রাজা বাচ্চা, স্বরাজ্য অধিকারী। তো ফরিস্তা অর্থাৎ স্বরাজ্য অধিকারী। এইরকম স্বরাজ্য অধিকারী আত্মা হলো লাইটের স্বরূপধারী। যে কেউ এইরকম লাইটের ডবল হালকাভাবের স্থিতিতে স্থিত হয়ে যদি কারোর সামনে উপস্থিত হয়, তাহলে তার ললাটে আত্মা জ্যোতির ভাব চলতে-ফিরতেও দেখা যাবে। এখন এই তীব্র পুরুষার্থের লক্ষ্য আর লক্ষণ সদা ইমার্জ রাখো। যেরকম ব্রহ্মা বাবার মধ্যে দেখেছো, যখন কেউ বাবার সাথে সাক্ষাৎ করতে আসতো, দৃষ্টি নিত তো কথা বলতে বলতে কি দেখতে পেতো? (ব্রহ্মা বাবার অন্তিমে দিন গুলিতে) লাস্টে অনুভব করতো যে ব্রহ্মা বাবা কথা বলতে বলতেও মিষ্টি অশরীরী স্থিতিতে স্থিত হয়ে যাচ্ছেন। তা সেটা যতই সার্ভিসের সমাচার হোক না কেন, অন্যদেরকেও সেকেন্ডে অশরীরীভাবের অনুভব করাতেন। আর যেকোনও মুরলীতে চেক করো, তবে বারংবার আমি হলাম অশরীরী আত্মা, আত্মার পাঠ একই মুরলীতে কতবার স্মরণ করাতেন। তো এখনও সময় অনুসারে ছোটো ছোটো বিস্তাররের কথা, স্বভাব-সংস্কারের কথা, অশরীরী অবস্থার থেকে দূরে সরিয়ে দেয় । এখন এটার পরিবর্তন চাই।

বাপদাদা দেখেছেন সেবার রেজাল্ট খুব ভালো হচ্ছে, সেবার জন্য মেজরিটি বাচ্চার উৎসাহ উদ্দীপনা আছে, প্ল্যানও বানাতে থাকে, সন্দেশ দেওয়া এটাও আবশ্যক আর বাপদাদা আজও ভিন্ন ভিন্ন বর্গের, ভিন্ন-ভিন্ন স্থানের সেবার ভালো রেজাল্ট দেখছেন কিন্তু সেবার সাথে সাথে অশরীরীভাবের বায়ুমন্ডল, পরিশ্রম কম আর প্রভাব বেশী ফেলে। জ্ঞান শুনতে ভালো তো লাগে, কিন্তু বায়ুমন্ডলের দ্বারা, অশরীরীভাবের দৃষ্টির দ্বারা অনুভব করে আর সেই অনুভব ভুলে যায় না। তো ফরিস্তা ভাবের ধুন এখন সেবাতে বিশেষ অ্যাডিশন করো। কোনও না কোনও শান্তির, খুশীর, সুখের, আত্মিক প্রেমের অনুভব করাও। আচার ব্যবহারে যে প্রেম আর যে আতিথেয়তা করে থাকো, সম্বন্ধের দ্বারা, পরিবারের দ্বারা সেসব তো অনুভব করতে থাকে কিন্তু অতীন্দ্রিয় সুখের ফিলিংস, শান্তির আত্মিক নেশা এখন বায়ুমন্ডল আর ভায়ব্রেশনে বিশেষ অ্যাটেনশানে রাখো। বিশেষ অনুভব করাও, কিছু না কিছু অনুভব করাও। যেরকম সিস্টেমে প্রভাবিত হয়ে এখান থেকে যায়, সেইরকম সিস্টেম পরিবারের ভালোবাসা আর কোথাও পাওয়া যাবে না, এইরকম এখন কোনও না কোনও শক্তির,

কোনও না কোনও প্রাপ্তির অনুভব করিয়ে যাও। এখন ৭০-৭২ বছর পূর্ণ হচ্ছে, এত সময়ের রেজাল্টে কি দেখা গেছে! পরিশ্রম করেছে কিন্তু এখনও পর্যন্ত ব্রহ্মাকুমারীরা কাজ করছে, ব্রহ্মাকুমারীদের জ্ঞান খুব ভালো। সেই জ্ঞান প্রদাতা কে! কে চালাচ্ছেন! সোর্স কে! তোমাদের সকলের মুখে বাবা শব্দ শুনে বলেও থাকে যে ইনি হলেন এদের বাবা কিন্তু তিনি আমারও বাবা, বাবার প্রত্যক্ষতা এখন গুপ্ত রূপে আছে। "বাবা বাবা" বলে, কিন্তু আমার বাবা, আমি বাবার, বাবা আমার - এটা কোটির মধ্যে কারো কারো মুখ থেকে বের হয়।

সঙ্গম যুগের লক্ষ্য কী? আমাদের সকল আত্মাদের বাবা এসে গেছেন, উত্তরাধিকার তো বাবার দ্বারাই প্রাপ্ত হবে তাই না! সেই প্রভাব ফরিস্তা অবস্থার দ্বারা বায়ুমন্ডলে ছড়িয়ে পড়বে। এদের দৃষ্টি থেকে লাইট প্রাপ্ত হয়, এনাদের দৃষ্টিতে আত্মিকতার লাইট নজরে আসে, তো এখন তীব্র পুরুষার্থের এই লক্ষ্য রাখো - আমি ডবল লাইট ফরিস্তা, চলতে-ফিরতে ফরিস্তা স্বরূপের অনুভূতি বাড়াও। অশরীরীভাবের অনুভবকে বাড়াও। সেকেন্ডে কোনও সংকল্পকে সমাপ্ত করতে, সংস্কার স্বভাবে ডবল লাইট। কিছু বাচ্চা বলে আমি তো হালকা থাকি কিন্তু আমাকে অন্যরা চিনতে পারে না। কিন্তু এমন ডবল লাইট ফরিস্তা, তো ডবল লাইটের লাইট কি লুকিয়ে থাকতে পারে? ছোটো স্থুল লাইট, সেটা টর্চ হোক বা দেশলাই কাঠি হোক, লাইট যেখানেই জ্বলবে, লুকিয়ে থাকবে না, আর এখানে তো হলো আত্মিক লাইট, তো নিজের বায়ুমন্ডলের দ্বারা তাদেরকে অনুভব করাও যে আমি কে! জগদম্বা বা দাদীরা কখনও বলেননি যে - না, আমাকে জানে না। নিজেদের বায়ুমন্ডলের দ্বারা সকলের প্রিয় ছিলেন। এইজন্য দাদীর উদাহরণ দিচ্ছেন কেননা ব্রহ্মা বাবার বিষয়ে ভেবে থাকে যে, ব্রহ্মা বাবার মধ্যে তো শিব বাবা ছিলেন, শিব বাবার বিষয়ে ভাবে যে তিনি তো হলেনই নিরাকার, ডিট্যাচ আর নিরাকার, আমরা তো হলাম স্থুল শরীরধারী। এত বড় সংগঠনে থাকছো, প্রত্যেকের সংস্কারের মাঝে আছো, সংস্কারের মিলন করো আর ফরিস্তা হয়ে যাও। সংস্কারকে দেখে কোনও বাচ্চা ভগ্নোৎসাহ হয়ে যায়, বাবা খুব ভালো, ব্রহ্মা বাবা খুব ভালো, জ্ঞান খুব ভালো, প্রাপ্তি খুব ভালো, কিন্তু সংস্কার স্বভাব মেলানো অর্থাৎ সকলের প্রিয় হওয়া। কিছু কিছু আত্মার প্রিয় নয়, কেননা কিছু বাচ্চা বলে যে কারো কারো বিশেষত্ব দেখেও ভালোবাসা হয়ে যায়। এর ভাষণ খুব ভালো, এর মধ্যে অমুক বিশেষত্ব খুব ভালো আছে, খুব ভালো কথা বলে - ফরিস্তা হওয়াতে এইসব বিঘ্ন আসে। প্রিয় স্টেজ বানাও, ক্ষতি নেই, কিন্তু আমি আত্মা ডিট্যাচ, ডিট্যাচ স্টেজে থেকে প্রিয় স্টেজ বানাও। বিশেষত্ব দেখে প্রিয় নয়। এর এই গুণ আমার খুব ভালো লাগে, সেটা যদিও ধারণ করো কিন্তু এর কারণে কেবল প্রিয় হওয়া, এটা হলো রং। ফরিস্তা হলো সকলের প্রিয়। প্রত্যেকে বলবে আমার, নিজের বলে অনুভব করবে। এইরকম ফরিস্তা অবস্থাতে বিঘ্ন দুটো জিনিস দেয়। এক তো দেহ বোধ, সেটা তো ন্যাচারাল সকলের অনুভব আছে, ৬৩ জন্মের দেহ বোধ প্রকট হয়ে যায় আর দ্বিতীয় হলো দেহ অভিমান, দেহ বোধ আর দেহ অভিমান। জ্ঞানে যত যত এগিয়ে যেতে থাকে ততোই নিজের প্রতিও কখনও কখনও দেহ অভিমান এসে যায়, সেই অভিমান নিচে নামিয়ে দেয়। কিরকম দেহ অভিমান আসে? যাকিছু বিশেষ গুণ আছে, সেগুলির অভিমান থাকে, আমি কম কিছু নই, আমার ভাষণ সকলের পছন্দ হয়। আমার সেবার প্রভাব পড়ে, কোনও কলা, আমার পরিচালন ক্ষমতা খুব ভালো, আমার কোর্স করানো খুব ভালো। এইরকম কোনও না কোনও অভিমান জ্ঞানে এগিয়ে যেতে, সেবাতে এগিয়ে যেতে, নিজের মধ্যে চলে আসে। আবার অন্যদের গুণ বা কলা বা বিশেষত্বের প্রতিও ভালোবাসা হয়ে যায়। কিন্তু স্মরণে কে আসবে? দেহ বোধই স্মরণে আসবে তাই না, অমুক ব্যক্তির বুদ্ধি খুব ভালো, আমার হ্যান্ডলিং খুব ভালো, এই অভিমান সেবা বা পুরুষার্থে সেই পুরুষার্থীর কাছে অভিমানের রূপে আসে। তো এটাও চেক করতে হবে আর অভিমানীদের মধ্যে অভিমান আছে সেটা চেক করার সাধন হলো অভিমানীদের কেউ যদি অল্প একটু অপমান করে, তার চিন্তা ভাবনার, তার রায়ের, তার কলার, তার হ্যান্ডলিঙের অপমান খুব তাড়াতাড়ি অনুভব হবে। আর অপমান অনুভব হবে, তার আরও সূক্ষ্ম লক্ষণ হলো ক্রোধের অংশের জন্ম হওয়া, তেজ দেখানো। সেটা ফরিস্তা হতে দেবে না। তো বর্তমান সময়ের হিসেবের দ্বারা বাপদাদা পুনরায় ঈশারা দিচ্ছেন যে, নিজের সঙ্গম যুগের লাস্ট স্বরূপ ফরিস্তা এখন জীবনে প্রত্যক্ষ করো, সাকারে নিয়ে এসো। ফরিস্তা হলে অশরীরী হওয়া আরও সহজ হয়ে যাবে। নিজের চেকিং করো যে নিজের বিশেষত্ব বা আর কারোও বিশেষত্বের দ্বারা সূক্ষ্ম রূপেও কোনও বন্ধন বা অভিমান নেই তো? কিছু বাচ্চার অবস্থা, কোনও ছোটো কথাও যদি হয় তো নিচে উপর হয়ে যায়। হৃদয়ে খুশী, চেহারাতে খুশী... এর পরিবর্তে চিন্তন চেহারা বা চিন্তিত চেহারা হয়ে যায় আর চলতে-চলতে হতোদ্যমও হয়ে যায়। হৃদয়ে খুশীর পরিবর্তে হতোদ্যম। তো বুঝেছো, এখন নিজের সঙ্গম যুগের লাস্ট স্টেজ ফরিস্তাভাবের সংস্কার ইমার্জ করো যেরকম ব্রহ্মা বাবাকে দেখেছো, ফলো ফাদার করতে হবে তাই না। কথা বলতে বলতে লাস্টে অনেক বাচ্চাদের অনুভব হতো যে, কোনো সমাচার শোনাতে এসেছিল, কিন্তু সেই সমাচারের ঊর্ধ্বে, আওয়াজের ঊর্ধ্বে যে স্থিতির অনুভব তোমরা করেছিলে, দেখেছো তো তোমরা তাই না! অনেক বিষয়ের সমাচার শোনানোর জন্য, অনেক প্ল্যান নিয়ে আসতো বাচ্চারা বাবাকে শোনানোর জন্য, একথাটা বলবো, ওটা জিজ্ঞাসা করবো...কিন্তু সামনে এলে কী বলবে, সেটাই ভুলে যেতো। তো এটাই হলো ফরিস্তা অবস্থা। তাহলে আজ কোন্

পাঠ পাকা করেছো? আমি কে? ফরিস্তা । যে কোনো বিষয় থেকে, কোনো ব্যক্তির বিশেষত্ব থেকে, নিজের বিশেষত্ব থেকে, দেহ-অভিমান থেকে ঊর্ধ্বে উঠে ডবল লাইট ফরিস্তা । কারণ ফরিস্তা না হলে দেবতা হতে পারবে না। সত্যযুগে তো এসে যাবে, কেননা বাবার বাচ্চা হয়েছো, উত্তরাধিকার তো প্রাপ্ত হবেই, কিন্তু শ্রেষ্ঠ পদ নয়। যে প্রতিজ্ঞা তোমরা করেছো সদা সাথে থাকবো, সঙ্গে সঙ্গে রাজত্ব করবো। সিংহাসনে হয়তো বসবে না, কিন্তু রাজ্যের অধিকারী হবে। সেখানকার রাজসভা তো দেখেছো না! যারাই রাজসভার অধিকারী হবে, তারা তিলক আর মুকুটধারী; রাজত্বের তিলক, রাজত্বের চিহ্ন - মুকুট। অতএব অনেক সময় ধরে স্বরাজ্যের অধিকারী, মাঝে মাঝে নয়। দীর্ঘ সময়ের স্বরাজ্য অধিকারী। সিংহাসনে যদি নাও বসে তবুও রয়্যাল ফ্যামিলির অধিকারী হয়ে যায়।

ভালো।

আচ্ছা, আজ যারা প্রথমবার এসেছে, তারা ওঠো। আচ্ছা । ভালো। যারা প্রথমবার এসেছে, তাদের সকলকে বাবার সাথে সাকার রূপে মিলনের, প্রথম বার জন্মের জন্য অভিনন্দন। বাপদাদা আজ উপস্থিত সকল বাচ্চাকে এটাই বরদান যে - তোমরা এসেছো টু লেট এর সময়, কিন্তু নতুন আসা বাচ্চাদের জন্য একটি বিশেষ বরদান হলো যে, কখনোই এই সংকল্প করবে না যে, "আমরা কীভাবে সামনে যেতে পারবো?" টু লেট যারা এসেছো, তারা এখন তো লেট এ এসেছো, টু লেট এ আসোনি আর তোমাদের সকলের জন্য বাপদাদা ও নিমিত্ত ব্রাহ্মণ পরিবারের ভাই-বোনদের বিশেষ সহযোগিতার ভাবনা এটাই যে, যদি তোমরা অল্প সময়কে, এক একটি সেকেন্ডকে সফল করতে শেখো। কারণ অল্প সময়ে অনেক কিছু পাওয়া যায়। একটি সেকেন্ডও অপচয় কোরো না।

কর্মযোগী হয়ে চলতে হবে। কর্ম ছাড়া যাবে না, কিন্তু কর্মের সঙ্গে যোগ অ্যাড করতে হবে। কর্ম ও যোগ - এই দুয়ের মধ্যে ব্যালেন্স রাখা জরুরি। যারা এই ব্যালেন্স বজায় রাখতে পারে, তারা এক্সট্রা ব্লেসিংস প্রাপ্ত করে থাকে।

সুতরাং যারা লেট এ এসেছে, তাদেরও এখনো এগিয়ে যাওয়ার সুযোগ আছে। তোমাদের চান্স আছে। অল্প সময়ে অনেক পুরুষার্থ করা যায়। বাপদাদা বরদান দিচ্ছেন - সাহসী বাচ্চারা সদা বাবারই সাহায্য পায় (হিম্মতে বচ্চে মদদে বাপ) ।

চারিদিকের সকল বাচ্চাদেরকে বাপদাদার হৃদয়ের শুভকামনা, পদমগুণ অভিনন্দন আর শুভেচ্ছা । শিব রাত্রি উপলক্ষে যারা সেবায় ব্যস্ত থাকে, তাদেরকে এখন থেকে শিব রাত্রির তোমাদের বার্থ ডে'র শুভেচ্ছা আর অভিনন্দন জানাচ্ছেন এবং যারা আসার জন্য যাচ্ছো বা যারা চিঠি কিংবা ই-মেইল পাঠিয়েছে, তাদের বার্তাও সেকেন্ডেরও কম সময়ে বাপদাদার কাছে পৌঁছে যায়। তাদের প্রতিও বাপদাদার, পিয়াসী আত্মাদের, বন্ধনে রয়েছে যে আত্মারা, যারা প্রহারকে গলার হার বানিয়ে দেয়, এমন আত্মাদেরকে স্মরণের স্নেহ-সুমন আর নতুন নতুন স্নেহী আত্মারা যারা এখন বেরিয়ে আসছে, যদিও সংখ্যায় কম। স্নেহী ও সহযোগী ডবল হওয়া উচিত।

অতএব চারিদিকের সকল যুবা, বৃদ্ধ, বাচ্চা, মাতারা, পাণ্ডব, সকলকেই ইনঅ্যাডভান্স তোমাদেরকে, বাবার বার্থ ডে'র অভিনন্দন।

বরদানঃ- সাকার এবং নিরাকার বাবার সঙ্গের দ্বারা প্রতিটি সংকল্পে বিজয়ী হওয়া সদা সফলমূর্তি ভব

যেমন নিরাকার আত্মা আর সাকার শরীর উভয়ের সম্বন্ধের দ্বারা সকল কাজ করতে পারো, তেমনই নিরাকার আর সাকার বাবা, উভয়কে সাথে বা সামনে রেখে প্রতিটি কর্ম ও সংকল্প করো। তাহলে সফলমূর্তি হয়ে যাবে। কারণ যখন বাপদাদা সম্মুখে থাকেন, তখন অবশ্যই তাঁর কাছ থেকে ভেরিফাই করিয়ে, নিশ্চয় আর নির্ভয়তার সাথে কাজ করবে। এতে সময় ও সংকল্পের সাশ্রয় হবে। কোনো কিছুই ব্যর্থ যাবে না, প্রতিটি কর্ম স্বাভাবিকভাবেই সফল হবে।

স্লোগানঃ- আত্মিক স্নেহ সম্পত্তির থেকেও অধিক মূল্যবান, সেইজন্য মাস্টার স্নেহের সাগর হও।

অব্যক্ত ইশারা :- একতা আর বিশ্বাসের বিশেষত্বের দ্বারা সফলতা সম্পন্ন হও ধর্মসত্তার অধিকারীদের সামনে পবিত্রতার শক্তি এবং রাজ্যসত্তার অধিকারীদের সামনে একতার শক্তিকে সিদ্ধ (প্রমাণ) করো। এই দুই শক্তিকে সিদ্ধ করলেই ঈশ্বরীয় সত্তার পতাকা খুব সহজেই উড়তে থাকবে। এখন এই দু'টি বিষয়ে বিশেষ অ্যাটেনশান প্রয়োজন। যত বেশি পবিত্রতা ও একতার শক্তির দ্বারা তাদের সমীপ সম্পর্কে আসতে থাকবে, ততই তারা নিজেরাই নিজে থেকে বর্ণন করতে শুরু 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;