

“মিষ্টি বাচ্চারা - তোমাদের মুখ থেকে সর্বদাই যেন জ্ঞান রত্ন বেরোয়, তোমাদের মুখ সর্বদা হাসিখুশী থাকা উচিত”

*প্রশ্নঃ - যেসব বাচ্চারা ব্রাহ্মণ জীবনে জ্ঞানের ধারণা করেছে, তাদের লক্ষণ কেমন হবে?

*উত্তরঃ - ১) তাদের চালচলন দেবতাদের মতো হবে এবং দৈবীগুণের ধারণা হবে। ২) তাদের জ্ঞানের বিচার সাগর মন্থন করার অভ্যাস থাকবে। তারা কখনো আসুরি কথাবার্তা অর্থাৎ আবর্জনা নিয়ে মন্থন করবে না। ৩) তাদের জীবনে গালি দেওয়া, গ্লানি করা বন্ধ হয়ে যাবে। ৪) তাদের চেহারা সর্বদা হাসিখুশী থাকবে।

ওম্ শান্তি । বাবা স্বয়ং বসে বোঝান জ্ঞান এবং ভক্তির ওপরে । বাচ্চারা বুঝে গেছে যে ভক্তির দ্বারা সদগতি হয়না আর সত্যযুগে ভক্তি করা হয় না। সত্যযুগে এই জ্ঞান পাওয়া যায় না। কৃষ্ণ ভক্তিও করবে না আর জ্ঞানের মুরলীও বাজাবে না। মুরলী মানে জ্ঞান দেওয়া। গায়ন আছে - মুরলীতে জাদু আছে। নিশ্চয়ই কিছু জাদু আছে। কেবল বাঁশি তো যেকোনো ফকির মানুষই বাজাতে পারে। কিন্তু এই মুরলীতে জ্ঞানের জাদু আছে। অজ্ঞানকে কখনো জাদু বলা যাবে না। মুরলীকেই জাদু বলা হয়। জ্ঞানের দ্বারাই মানুষ থেকে দেবতা হয়ে যায়। সত্যযুগে এই জ্ঞানের উত্তরাধিকার থাকবে। ওখানে ভক্তি থাকবে না। দ্বাপরযুগে যখন দেবতা থেকে মানুষ হয়ে যায়, তখনই ভক্তি শুরু হয়। মানুষকে বিকারগ্রস্ত আর দেবতাকে নির্বিকার বলা হয়। দেবতাদের সৃষ্টিকে পবিত্র দুনিয়া বলা হয়। এখন তোমরা দেবতা হচ্ছ। জ্ঞান কাকে বলে? প্রথমতঃ, নিজের এবং বাবার সঠিক পরিচয়, আর দ্বিতীয়তঃ, সৃষ্টির আদি-মধ্য-অন্তের নলেজকে জ্ঞান বলা হয়। জ্ঞানের দ্বারা-ই সদগতি হয়। তারপর ভক্তি শুরু হলে অবস্থার অবনতি হওয়া আরম্ভ হয়, কারন ভক্তিকে রাগি আর জ্ঞানকে দিনের সাথে তুলনা করা হয়। এইসব বিষয় তো যেকোনো মানুষের বুদ্ধিতে ধারণ হতে পারে, কিন্তু দিব্যগুণ ধারণ করে না। দিব্যগুণ থাকলেই বুঝতে হবে যে জ্ঞান ধারণ হয়েছে। যারা জ্ঞান ধারণ করেছে, তাদের চালচলন দেবতাদের মতো হবে। যাদের কম ধারণা হয়েছে, তাদের মধ্যে মিশ্রিত চালচলন লক্ষ্য করা যায়। আর যাদের একটুও ধারণা হয়নি, তারা তো সন্তানই নয়। মানুষ বাবার নামে কতো নিন্দা করে। ব্রাহ্মণ বংশে আসার পর গালি দেওয়া আর গ্লানি করা বন্ধ হয়ে যায়। তোমরা যে জ্ঞান পাচ্ছ, সেগুলো নিয়ে বিচার সাগর মন্থন করলেই অমৃত পাওয়া যাবে। এগুলো নিয়ে যদি বিচার সাগর মন্থন না করো, তবে কি মন্থন করো? নিশ্চয়ই আসুরি বিষয়। তাতে কেবল আবর্জনা বেরিয়ে আসে। তোমরা এখন ঈশ্বরের স্টুডেন্ট। জানো যে মানুষ থেকে দেবতা হওয়ার পড়া পড়ছি। দেবতা কখনো এই শিক্ষা দিতে পারবে না। দেবতাদের কখনো জ্ঞানের সাগর বলা হয় না। কেবল একজনকেই জ্ঞানের সাগর বলা হয়। জ্ঞানের দ্বারা-ই দিব্যগুণ ধারণ হয়। তোমরা বাচ্চারা এখন যে জ্ঞান পাচ্ছো, সেটা সত্যযুগে থাকবে না। এই দেবতাদের মধ্যে দিব্যগুণ ছিল। তোমরা সর্বগুণে সম্পন্নতার গুণগান করো। তোমাদেরকেও এখন এইরকম হতে হবে। নিজেকে প্রশ্ন করতে হবে যে আমার মধ্যে কি সমস্ত দিব্যগুণ এসেছে? নাকি কিছু আসুরিক গুণ রয়ে গেছে? যদি কোনো আসুরি গুণ থেকে থাকে, তবে সেগুলো বের করে দিতে হবে। তাহলেই দেবতা হতে পারবে। নয়তো পদ কমে যাবে।

তোমরা বাচ্চারা এখন দৈবীগুণ ধারণ করে থাকো। অনেক ভালো ভালো কথা সবাইকে শোনাচ্ছে। এটাই হলো পুরুষোত্তম সঙ্গমযুগ, এখনই তোমরা পুরুষোত্তম হচ্ছ। তাই বাতাবরণ খুব ভালো থাকতে হবে। মুখ থেকে যেন একটাও খারাপ কথা না বেরোয়। নয়তো বোঝা যাবে যে সে কম পদ পাবে। কথাবার্তা আর চালচলন দেখে সঙ্গে সঙ্গে বুঝতে পারা যায়। তোমাদের মুখ সর্বদাই হাসিখুশী থাকতে হবে। নাহলে বলা হবে, তার মধ্যে জ্ঞান নেই। মুখ থেকে যেন সবসময় রত্ন বেরিয়ে আসে। লক্ষ্মী-নারায়ণকে দেখো, কতো হাসিখুশী। এইরকম রত্নতুল্য কথা শুনলে এবং শোনাতে অনেক খুশি হওয়া যায়। তোমরা এখন যেসব জ্ঞান রত্ন পাচ্ছো, এগুলোই পরবর্তী কালে হীরে মানিক হয়ে যাবে। ৯ রত্নের মালা তো হীরে মানিক দিয়ে তৈরি হয় না। এটা জ্ঞান রত্নের মালা। মানুষ এটাকে রত্ন মনে করে আংটি বানিয়ে ধারণ করে। পুরুষোত্তম সঙ্গমযুগেই এইরকম জ্ঞান রত্নের মালা পরানো হয়। এইসব জ্ঞান রত্নই ভবিষ্যতে ২১ জন্মের জন্য ধনী বানিয়ে দেয়। এগুলো কেউ লুণ্ঠ করতে পারবে না। এখানে তোমরা যদি হীরে মানিক পরে থাকো, তবে যে কেউ লুণ্ঠ করে নেবে। তাই নিজেকে খুব বুদ্ধিমান বানাতে হবে। আসুরি গুণ বের করে দিতে হবে। আসুরিক গুণ থাকলে মুখের অবস্থাও সেইরকম হয়ে যায়। রাগের বশবর্তী হলে মুখ রক্তবর্ণ হয়ে যায়। যারা কাম বিকারগ্রস্ত, তারা কালো হয়ে যায়। তাই প্রত্যেক বিষয়েই বাচ্চাদেরকে বিচার সাগর মন্থন করতে হবে। এই পড়াশুনা তো অগাধ সম্পত্তি পাওয়ার জন্য। ওইসব পড়াশুনাকে রত্ন বলা যাবে না। হয়তো জ্ঞান অর্জন করে বড় পজিশন পেয়ে যায়। অতএব, পড়াশুনা কাজে আসে, নাকি

পয়সা? ওগুলো সীমিত ধনসম্পদ, আর এটা সীমাহীন সম্পত্তি। দুটোই পড়াশুনা। তোমরা এখন বুঝতে পারো যে বাবা আমাদেরকে পড়িয়ে বিশ্বের মালিক বানিয়ে দেন। ওগুলো তো এক জন্মের জন্য সামান্য সময়ের ক্ষণস্থায়ী পড়াশুনা। পরের জন্মে আবার নতুন করে পড়া শুরু করতে হবে। ওখানে উপার্জনের জন্য পড়াশুনা করার দরকার হয় না। ওখানে এই সময়ের উপার্জনের দ্বারা অগাধ সম্পত্তি পাওয়া যায়। সেইসব সম্পত্তি অবিনাশী হয়ে যায়। দেবতাদের কাছে অগাধ ধনসম্পদ ছিল। তারপর যখন ভক্তিমার্গ বা রাবণের রাজ্য শুরু হলো, তখনও এতো সম্পত্তি ছিল যে কতো মন্দির বানিয়েছে। তারপর মুসলমানরা এসে সেগুলো লুণ্ঠ করেছে। ওরা অনেক ধনী ছিল। এখনকার পড়াশুনার দ্বারা কেউ এতো ধনী হতে পারে না। তোমরা এখন জেনেছ যে আমরা এতো শ্রেষ্ঠ পড়া পড়ছি, যার দ্বারা এইরকম দেবদেবী হয়ে যাই। সুতরাং পড়াশুনার দ্বারা মানুষ কি থেকে কি হয়ে যায়। গরিব থেকে ধনী হয়ে যায়। ভারত এখন কতো গরিব। যারা ধনী, তাদের তো সময়ই নেই। নিজের প্রতি অহংকার থাকে, আমি অমুক। কিন্তু এখানে তো অহংকার মুছে যাওয়া দরকার। আমি আত্মা, আত্মার কাছে তো ধনসম্পদ, হীরে মানিক কিছুই থাকে না। বাবাও বলছেন - শরীর এবং সকল শারীরিক বন্ধন ছিন্ন করো। আত্মা শরীর ত্যাগ করলে তার সমস্ত প্রতিপত্তি শেষ হয়ে যায়। যদি পুনরায় লেখাপড়া করে অনেক উপার্জন করে অথবা যদি অনেক দান পুণ্য করে থাকে, তাহলেই আবার ধনী পরিবারে জন্ম নেবে। বলা হয় - আগের জন্মের কর্মফল। যদি অনেক জ্ঞান দান করেছে কিংবা কলেজ, ধর্মশালা ইত্যাদি বানিয়েছে, তাহলেও তার ফল পেয়ে যায়, তবে সামান্য সময়ের জন্য। এইরকম দান পুণ্য কেবল এখানেই করা হয়, সত্যযুগে হবে না। সত্যযুগে সর্বদাই ভালো কর্ম করা হবে, কারণ এখানেই উত্তরাধিকার পেয়ে যায়। ওখানে কেউই বিকর্ম করে না, কারণ ওখানে রাবণ নেই। যারা গরিব, তারাও বিকর্ম করে না। এখানে তো ধনী ব্যক্তিরও বিকর্ম করে। সেইজন্যই তো এত রকম রোগ-ব্যাদি জনিত দুঃখ পায়। ওখানে মানুষ বিকারগ্রস্ত হয় না, তাই বিকর্মও হয় না। কর্মই মূল ভিত্তি। এটা হলো রাবণের মায়ারী রাজ্য। তাই মানুষ বিকারগ্রস্ত হয়ে যায়। বাবা এসে নির্বিকার হওয়ার শিক্ষা দেন। বাবা নির্বিকার বানান, তারপর মায়া আবার বিকারগ্রস্ত বানিয়ে দেয়। রামের বংশ আর রাবণের বংশের মধ্যে যুদ্ধ চলে। তোমরা বাবার বাচ্চা, আর ওরা রাবণের সন্তান। কত ভালো ভালো বাচ্চা মায়ার কাছে হেরে যায়। মায়া খুবই শক্তিশালী। তাও তাদের ওপর আশা রাখা হয়। যে সবথেকে পতিত, তাকেও তো উদ্ধার করতে হয়। বাবাকে তো সমগ্র বিশ্বের উদ্ধার করতে হয়। অনেকেই পড়ে যায়। একেবারে সর্বাধিক পতিত হয়ে যায়। এদেরকেও বাবা উদ্ধার করেন। এই রাবণের রাজ্যে তো সকলেই অধম। কিন্তু বাবা এসে রক্ষা করেন। তারপরেও যদি পড়ে যায়, তাহলে অনেক অধম হয়ে যায়। ওরা তখন এতো উঁচুতে উঠতে পারে না। সেইসব অধম বিষয়গুলো বিবেক দংশন করে। যেমন তোমরা বলো - অন্তিম সময়ে যে স্ত্রীলোকের কথা স্মরণ করে... সেইরকম তার বুদ্ধিতে কেবলই ওই অধম ভাবনাই আসবে। তাই বাবা বসে থেকে বাচ্চাদেরকে বোঝাচ্ছেন, প্রতি কল্পে তোমরাই দেবতা হয়েছ। পশুপাখি কি দেবতা হবে? মানুষই এইসব বুঝতে পারে, তাই তারাই ঐরকম হয়। এই লক্ষ্মী নারায়ণেরও নাক, কান আছে। এরাও মানুষ। কিন্তু দিব্যগুণের অধিকারী হওয়ার জন্য এদেরকে দেবতা বলা হয়। এরা কিভাবে এত সুন্দর দেবতা হয়ে যায়, তারপর কিভাবে আবার পতিত হয়ে যায়, সেই চক্রের কাহিনী তোমরা জেনে গেছ। যে বিচার সাগর মন্থন করে, তার ভালো ধারণা হয়। যে বিচার সাগর মন্থন করে না, সে বুদ্ধি হয়ে যায়। যে মুরলী শোনায়, তার বিচার সাগর মন্থন চলতেই থাকে - অমুক বিষয়ের ওপর এগুলো বোঝাতে হবে। অটোমেটিক্যালি বিচার সাগর মন্থন হয়ে যায়। কেউ আসলে, তাকেও উৎসাহ নিয়ে বোঝাবে, হয়তো কিছু বুঝতে পারবে। তার ভাগ্যের ওপর নির্ভর করেছে। কেউ সঙ্গে সঙ্গে বুঝতে পারবে, কেউ পারবে না। তবুও আশা রাখা হয়। এখন না বুঝলেও ভবিষ্যতে ঠিক বুঝতে পারবে। আশা রাখা উচিত। যে আশা রাখে, তার সার্ভিসের রুচি আছে। ক্লান্ত হওয়া যাবে না। হয়তো কেউ পড়াশুনা করার পরেও অধম হয়ে গেছে। সে যদি কখনো আসে, তবে তাকে অবশ্যই সাক্ষাৎ প্রার্থীদের ঘরে বসতে দিতে হবে, না কি তাকে চলে যেতে বলবে? অবশ্যই তাকে জিজ্ঞেস করতে হবে যে এতদিন সে আসেননি কেন? তখন সে বলবে - মায়ার কাছে পরাজিত হয়ে গেছি। এইরকম অনেকেই আসে। তারা বুঝতে পারে যে এই জ্ঞান খুবই ভালো, কিন্তু মায়া হারিয়ে দিয়েছে। স্মৃতি তো থেকেই যায়। ভক্তিমার্গে এইরকম জেতা হারার ব্যাপার থাকে না। এক্ষেত্রে জ্ঞান ধারণ করতে হয়। এখন তোমরা বাবার কাছ থেকে সত্যিকারের গীতা শুনছো যার দ্বারা দেবতা হয়ে যাও। ব্রাহ্মণ না হলে দেবতা হতে পারবে না। খ্রীস্টান, পারসি কিংবা মুসলমান ধর্মে ব্রাহ্মণ থাকে না। তোমরা এখন এইসব বিষয় বুঝেছো।

তোমরা জানো যে বাবাকে স্মরণ করতে হবে। বাবাকে স্মরণ করলেই রাজস্ব পাওয়া যায়। কারোর সাথে দেখা হলেই তাকে বলো - আল্লাহ পিতাকে স্মরণ করুন। পিতাই হলেন সর্বশ্রেষ্ঠ। আপুল ওপরের দিকে তুলে পিতার উদ্দেশ্যে ইশারা করে। পিতা হলেন অদ্বিতীয়, ভগবান এক। বাকি সকলে তাঁর সন্তান। বাবা সর্বদা বাবাই থাকেন। তিনি রাজস্ব করেন না। তিনি যেমন জ্ঞান দেন, তেমনি আবার নিজের বাচ্চাও বানান। তাই বাচ্চাদের কত খুশি হওয়া উচিত। বাবা আমাদের জন্য কত সেবা করেন। আমাদেরকে বিশ্বের মালিক বানিয়ে দেন। তারপর তিনি আর কখনো ওই নতুন

দুনিয়ায় আসেন না। পবিত্র দুনিয়ায় তাকে কেউই আমন্ত্রণ জানায় না। পতিতরাই তাকে ডাকে। পবিত্র দুনিয়ায় তিনি এসে কি করবেন, তাঁর নামই তো পতিত পাবন। পুরাতন দুনিয়াকে নতুন বানানোই তাঁর কর্তব্য। বাবার নাম হলো শিব আর বাচ্চাদেরকে শালিগ্রাম বলা হয়। তাঁকেই পূজা করা হয়। সকলে শিববাবাকে স্মরণ করে। ব্রহ্মাকেও বাবা বলা হয়। অনেকেই হয়তো প্রজাপিতা ব্রহ্মা বলে, কিন্তু কেউই তাকে যথাযথ ভাবে চেনে না। ব্রহ্মা কার সন্তান? তোমরা বলবে যে পরমপিতা পরমাত্মা শিব তাকে দত্তক নিয়েছেন। এনার শরীর রয়েছে। সকল আত্মাই ঈশ্বরের সন্তান। সকল আত্মার নিজস্ব শরীর রয়েছে। প্রত্যেকের নিজস্ব ভূমিকা আছে যা তাকে পালন করতেই হবে। পরম্পরায় এভাবেই চলে আসছে। এটা অনাদি অর্থাৎ এর কোনো আদি, মধ্য, অন্ত নেই। এটা কখন বানানো হয়েছে - সেই প্রশ্নই ওঠে না। এর কখনোই প্রলয় হয় না। যতসব গল্পকথা বলে দিয়েছে। জনসংখ্যা খুব কম হয়ে যায়, তাই বলা হয় যে প্রলয় হয়ে যায়। বাবার মধ্যে যে জ্ঞান থাকে সেটা এই সময়েই প্রকট হয়। এই বিষয়েই বলা হয় - সমস্ত সমুদ্রকে কালি বানালেও লিখে শেষ করা যাবে না। আচ্ছা !

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

ধারণার জন্যে মূখ্য সারঃ:-

১) নিজের হাসিখুশি চেহারার দ্বারা বাবার নাম উচ্ছ্বল করতে হবে। সর্বদা জ্ঞান রত্নই শুনতে হবে এবং শোনাতে হবে। গলায় যেন সবসময় জ্ঞান রত্নের মালা পরা থাকে। আসুরি খারাপ গুণ ত্যাগ করতে হবে।

২) সার্ভিসে কখনো ক্লান্ত হবে না। আশা রেখে আগ্রহ নিয়ে সেবা করতে হবে। বিচার সাগর মন্থন করে খুশিতে থাকতে হবে।

বরদানঃ:- কনফিউজ হওয়ার পরিবর্তে লুজ কানেকশনকে ঠিক করে সমস্যা মুক্ত ভব
সকল সমস্যার মূল কারণ হলো কানেকশন লুজ হওয়া। কেবল কানেকশনকে ঠিক করে দাও তাহলে সর্ব শক্তিগুলি তোমাদের সামনে ঘোরাফেরা করবে। যদি কানেকশন জুড়তে এক-দু মিনিট লেগেও যায় তাহলে নিরুৎসাহিত হয়ে কনফিউজ হয়ে যেও না। নিশ্চয়ের ফাউন্ডেশনকে নড়াবে না। আমি বাবার, বাবা আমার - এই আধারের দ্বারা ফাউন্ডেশনকে পাচ্চা করো তাহলে সমস্যা মুক্ত হয়ে যাবে।

স্নোগানঃ:- বীজরূপ অবস্থাতে স্থিত থাকা - এটাই হলো পুরানো সংস্কারগুলিকে পরিবর্তন করার বিধি।

অব্যক্ত ঈশারা :- এই অব্যক্তি মাসে বন্ধনমুক্ত থেকে জীবন্মুক্ত স্থিতির অনুভব করো

যখন সেবাতে বা নিজের পুরানো সংস্কারগুলিকে পরিবর্তন করাতে সফলতা প্রাপ্ত হয় না তখন কোনও না কোনও বিঘ্নের বশ হয়ে যাও। তারপর তার থেকে মুক্ত হওয়ার ইচ্ছে প্রকাশ করো, কিন্তু বিনা শক্তির আধারে এই ইচ্ছা পূর্ণ হতে পারবে না এইজন্য অলংকারী রূপ হও। শক্তিরূপ ধারণ করো তাহলে বন্ধনমুক্ত হয়ে যাবে।

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;

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;