"মিষ্টি বাচ্চারা - স্ব-উন্নতির জন্য প্রত্যহ রাত্রে শয়নের পূর্বে নিজেদের চার্ট (পোতামেল) দেখো, চেক্ করো - আমরা সারাদিনে কাউকে দুঃখ দিইনি তো?

*প্রশ্নঃ - মহান সৌভাগ্যশালী বাচ্চাদের কি ধরণের সাহস থাকবে ?

*উত্তরঃ - যারা মহান সৌভাগ্যশালী তারা, স্ত্রী-পুরুষ একসঙ্গে থাকলেও পরস্পর ভাই-ভাই হয়ে থাকবে। নারী-পুরুষের দৃষ্টিভঙ্গি থাকবে না। পাকাপাকিভাবে নিশ্চয়বুদ্ধিসম্পন্ন হবে। মহান সৌভাগ্যশালী বাচ্চারা তৎক্ষণাৎ বুঝে যায় যে - আমিও স্টুডেন্ট, এও স্টুডেন্ট, তাহলে ভাই-বোন হলো, কিন্তু এমন সাহস তখনই দেখাতে পারবে যখন নিজেকে আত্মা মনে করবে।

*গীতঃ- মুখ দেখে নে রে প্রাণী ক্ষণিক দর্পণে/ কত পুণ্য, কত পাপ রয়েছে তোর জীবনে....

ওম্ শান্তি । এইকথা প্রতিদিন বাবা বাচ্চাদের বোঝান যে, শয়নের সময় নিজের চার্টে দেখো যে, কাউকে দুঃখ দিইনি তো আর কতখানি সময় বাবাকে স্মরণ করেছি? মুখ্য কথাই হলো এটা। গানেও বলা হয়েছে যে, নিজের অন্তরে দেখো - আমরা কতটা তমোপ্রধান থেকে সতোপ্রধান হয়েছি? সারাদিনে কতটা সময় নিজের মিষ্টি বাবাকে স্মরণ করেছি? কোনো দেহধারীকে স্মরণ করবে না। সকল আত্মাদের উদ্দেশ্যে বলা হয় যে, নিজের বাবাকে স্মরণ করো। এখন ফিরে যেতে হবে। কোথায় যেতে হবে? শান্তিধাম হয়ে নতুন দুনিয়ায় যেতে হবে। এ তো পুরানো দুনিয়া, তাই না! যখন বাবা আসবেন তখন স্বর্গের দ্বার খুলবে। বাচ্চারা, এখন তোমরা জানো যে, আমরা সঙ্গমযুগে বসে রয়েছি। এও ওয়ান্ডার, তাই না, যে সঙ্গমযুগে স্টিমারে বসেও পুনরায় নেমে যায়। এখন সঙ্গমযুগে তোমরা পুরুষোত্তম হওয়ার জন্য এসে নৌকায় বসেছো, পারে যাওয়ার জন্য। পুনরায় পুরানো কলিযুগীয় দুনিয়া থেকে মনকে সরিয়ে নিতে হবে। এই শরীরের দ্বারা শুধু পার্ট প্লে করতে হয়। এখন আমাদের অত্যন্ত আনন্দের সঙ্গে ফিরে যেতে হবে। মানুষ মুক্তির জন্য কত মাথা কুটতে থাকে কিন্তু মুক্তি-জীবনমুক্তির অর্থ বোঝে না। শাস্ত্রের কথা শুধু শুনেছে কিন্তু তা কি বস্তু, কে দেয়, কখন দেয়, এসব কিছুই জানা নেই । বাচ্চারা, তোমরা জানো যে, বাবা আসেন মুক্তি-জীবনমুক্তির উত্তরাধিকার দিতে। তাও কি একবার, না তা নয়, অনেকবার। অসংখ্য বার তোমরা মুক্তি থেকে জীবনমুক্তিতে পুনরায় বদ্ধজীবনে এসেছো। তোমরা এখন বুঝেছো যে - আমরা আত্মা, বাবা আমাদের অর্থাৎ তাঁর বাচ্চাদের অনেক শিক্ষা দেন। ভক্তিমার্গে তোমরা দুঃখে তাঁকে স্মরণ করতে, তাঁকে চিনতে না। এখন আমি তোমাদেরকে নিজের পরিচয় দিয়েছি যে, কিভাবে আমাকে স্মরণ করলে তোমাদের বিকর্ম বিনাশ হবে। এখনও পর্যন্ত কত বিকর্ম হয়েছে, তার চার্ট (পোতামেল) রাখলে জানতে পারবে। যারা সদা সেবায় রত তারা জানতে পারে, বাচ্চাদের সার্ভিসের শখ থাকে। পরস্পর মিলিত হয়ে পরামর্শ করে সেবায় বেরোয়, মানুষের জীবন হীরে-তুল্য বানাতে। এ কত পূণ্যের কাজ। এখানে খরচাদির কোনো কথাই নেই। শুধু হীরে-তুল্য হওয়ার জন্য বাবাকে স্মরণ করতে হবে। পোখরাজ পরী, সবুজ পরী, যেসকল নাম রয়েছে, তারা হলে তোমরা। যত স্মরণে থাকবে ততই হীরে-তুল্য হয়ে যাবে। কেউ মাণিক্যের মতন, কেউ পোখরাজের মতন হয়ে যাবে। নবরত্ন হয় না! কারোর গ্রহের দশা থাকলে নবরত্নের আংটি পড়ে। ভক্তিমার্গে অনেক টোটকা দেয়। এখানে তো সকল ধর্মাবলম্বীদের জন্য একটিই টোটকা - 'মন্মনাভব'। কারণ গড ইজ ওয়ান। মানুষ থেকে দেবতা হওয়া বা মুক্তি-জীবনমুক্তি পাওয়ার উপায় একজনই, শুধু বাবাকে স্মরণ করতে হবে। কষ্টের কোনো কথাই নেই। ভাবা উচিত যে, আমার স্মরণ কেন স্থায়ী হয় না। সারাদিনে এত কম কেন স্মরণ করো? যখন এই স্মরণের দ্বারাই আমরা এভার হেল্দী, নিরোগী হবো তখন কেন নিজের চার্ট রেখে উন্নতিলাভ করবো না? অনেকেই আছে যারা ২-৪ দিন চার্ট রাখার পর ভুলে যায়। কাউকে বোঝানো অতি সহজ। নতুন দুনিয়াকে সত্যযুগ আর পুরানো দুনিয়াকে কলিযুগ বলা হয়। কলিযুগ পরিবর্তিত হয়ে সত্যযুগ হবে। বদল হয় তবেই তো আমরা বোঝাচ্ছি।

অনেক বাচ্চাদের তো এই নিশ্চয়ও পাকাপাকিভাবে থাকে না যে, ইনি সেই নিরাকার বাবা যিনি আমাদের ব্রহ্মার শরীরে এসে পড়াচ্ছেন। আরে, ব্রাহ্মণ তো, তাই না! ব্রহ্মাকুমার-কুমারী বলা হয়, এর অর্থ কি, উত্তরাধিকার কোথা থেকে পাওয়া যাবে! অ্যাডপশন তখন হয় যখন তার থেকে কিছু প্রাপ্তি হয়। তোমরা ব্রহ্মার সন্তান ব্রহ্মাকুমার-কুমারী কেন হয়েছো? সত্যি করেই হয়েছো না এরমধ্যেও কোনো সংশয় রয়েছে। মহান ভাগ্যশালী বাচ্চা যারা, তারা স্ত্রী-পুরুষ একসঙ্গে থেকেও ভাই-ভাই হয়ে থাকবে। স্ত্রী-পুরুষের ভান অর্থাৎ দৃষ্টিভঙ্গি থাকবে না। পাকাপাকিভাবে নিশ্চয়বুদ্ধিসম্পন্ন না হলে

নারী-পুরুষের দৃষ্টি পরিবর্তিত হতেও সময় লাগে। মহান সৌভাগ্যশালী বাচ্চারা তৎক্ষনাৎ বুঝে যায় যে -- আমিও স্টুডেন্ট, এও স্টুডেন্ট, তাহলে আমরা হলাম ভাই-বোন। এমন সাহস তখনই হতে পারে যখন নিজেকে আত্মা মনে করবে। আত্মারা তো সকলেই ভাই-ভাই, আবার যখন ব্রহ্মাকুমার-কুমারী হলে ভাই-বোন হয়ে যায়। কেউ বন্ধনমুক্ত হলেও কিছু না কিছুতে তাও বুদ্ধি চলে যায়। কর্মাতীত অবস্থা হতে সময় লাগে। বাচ্চারা, তোমাদের অন্তরে অত্যন্ত খুশী থাকা উচিত। কোনো ঝঞ্ঝাট নেই। আমরা অর্থাৎ আত্মারা এখন বাবার কাছে যাই পুরানো শরীর ইত্যাদি সব পরিত্যাগ করে। আমরা কতবার নিজের নিজের পার্ট প্লে করেছি। এখন চক্র সম্পূর্ণ হয়। এমন-এমনভাবে নিজের সঙ্গে কথা বলতে হয়। যত কথা বলতে থাকবে ততই প্রফুল্লিত থাকবে আর নিজের চাল-চলনকেও দেখতে থাকবে - কতখানি আমরা লক্ষ্মী-নারায়ণকে বরণ করার যোগ্য হয়েছি? বুদ্ধির মাধ্যমে বোঝে যে - এখন অল্পসময়ের মধ্যেই শরীর পরিত্যাগ করতে হবে। তোমরা তো অ্যাক্টর্স, তাই না! নিজেদের অ্যাক্টর্স মনে করো। পূর্বে মনে করতে না, এখন জ্ঞান পেয়েছো তাই অন্তরে অত্যন্ত খুশী থাকা উচিত। পুরানো দুনিয়ার প্রতি বৈরাগ্য, ঘৃণা আসা উচিত।

তোমরা হলে অসীম জগতের সন্ন্যাসী, রাজযোগী। এই পুরানো শরীরেরও বুদ্ধি থেকে সন্ন্যাস নিতে হবে। আত্মা বোঝে যে - এতে বুদ্ধি যাওয়া উচিত নয়। বুদ্ধি থেকে এই পুরানো দুনিয়া, এই পুরানো শরীরের সন্ন্যাস নিয়েছো তো। এখন আমরা অর্থাৎ আত্মারা যাবো এবং গিয়ে বাবার সঙ্গে মিলিত হবো। সেটাও তখনই হবে যখন একমাত্র বাবাকেই স্মরণ করবে। আর কাউকে স্মরণ করলে তো তার স্মৃতি অবশ্যই আসবে। তখন সাজাভোগও করতে হবে আর পদও ভ্রষ্ট হয়ে যাবে। যারা ভাল-ভাল স্টুডেন্ট তারা নিজেদের কাছে প্রতিজ্ঞা করে নেয় যে, আমরা স্কলারশিপ নেবোই নেব। আর এখানেও প্রত্যেককে মনে রাখতে হবে যে, আমরা বাবার কাছ থেকে সম্পূর্ণ রাজ্য-ভাগ্য নেবোই নেব। তখন তাদের আচার-আচরণও তেমনই হবে। পুরুষার্থ করতে-করতে ভবিষ্যতে দ্রুত গ্যালপ করতে হবে। আর তা তখনই হবে যখন প্রত্যহ সন্ধ্যায় নিজেদের অবস্থা (স্থিতি) দেখবে। বাবার করছে প্রত্যেকের খবরই আসে, তাই না! বাবা প্রত্যেককেই বুঝতে পারে, কাউকে তো বলেও দেন যে, তোমার মধ্যে তো সেসব দেখা যাচ্ছে না। এরকম লক্ষ্মী-নারায়ণ হওয়ার মতন চেহারা তো দেখা যাচ্ছে না। চাল-চলন, পান-আহারাদি দেখো। সার্ভিস কোথায় করছো! তাহলে কি হবে! পুনরায় মনে ভাবে - কিছু করে দেখাবো। এখানে প্রত্যেককে স্বাধীনভাবে নিজের ভাগ্যকে উঁচু করার জন্য পড়তে হবে। যদি শ্রীমতানুসারে না চলো তবে এত উচ্চপদ প্রাপ্ত করতে পারবে না। এখন উত্তীর্ণ না হলে কল্প-কল্পান্তর হতে পারবে না। তোমাদের সবকিছু সাক্ষাৎকার হবে - আমরা কোন্ পদ প্রাপ্ত করার যোগ্য হয়েছি। নিজেদের পদেরও সাক্ষাৎকার করতে থাকবে। শুরুতেও সাক্ষাৎকার করতো, পরে বাবা শোনাতে বারণ করে দিতেন। পরে সব জানতে পারবে যে, আমরা কি হবো তখন কিছুই করতে পারবে না। কল্প-কল্পান্তরের জন্য এমন অবস্থা হয়ে যাবে। দ্বিমুকুট, দ্বৈত রাজ্য-ভাগ্য প্রাপ্ত করতে পারবে না। এখন পুরুষার্থের অনেক মার্জিন রয়েছে, ত্রেতার শেষ পর্যন্ত ১৬ হাজার ১০৮ হবে, তখন সেইসময় (নিজের প্রতি) ঘৃণা আসতে থাকবে। মুখ নীচু হয়ে যাবে। আমরা তো কিছুই পুরুষার্থ করিনি। বাবা কত বুঝিয়েছেন যে, চার্ট রাখো, এই করো, সেইজন্য বাবা বলতেন - যেসকল বাচ্চারা আসবে তাদের যেন ফটো থাকে। অবশ্যই গ্রুপেরই একসাথে ফটো থাকুক। পার্টি নিয়ে আসো তো, তাই না! তাতে তারিখ, ছবি ইত্যাদি সব যেন লাগানো থাকে। তখন বাবা বলতে থাকবেন যে, কে অধঃপতিত হয়েছে? বাবার কাছে সব খবরই তো আসে, বলতে থাকবেন। কতজনকে মায়া টেনে নিয়ে গেছে। শেষ হয়ে গেছে। কন্যারাও অনেকেই অধঃপতনে যায়। সম্পূর্ণ দুর্গতি প্রাপ্ত করে, সেকথা জিজ্ঞাসা করো না তাই বাবা বলেন - বাচ্চা, সাবধানে থেকো। মায়া কোনো না কোনো রূপ ধরে নেবে। কারোর নাম-রূপের দিকে তাকিওই না। যদিও এই নয়ন দ্বারা দেখো কিন্তু বুদ্ধিতে অদ্বিতীয় পিতার স্মরণই রয়েছে। তৃতীয় নয়ন পেয়েছো এইজন্যই যে, বাবাকেই দেখো আর স্মরণ করো। দেহ-অভিমানকে পরিত্যাগ করতে থাকো। এমনও নয় যে, চোখ নীচু করে কারোর সঙ্গে কথা বলতে হবে। এমন দুর্বল হবে না। (সবকিছু) দেখলেও বুদ্ধির যোগ যেন মোস্ট বিলাভেড প্রিয়র দিকেই থাকে। এই দুনিয়াকে দেখেও অন্তর থেকে মনে করো, এ তো কবরস্থান হয়ে যাবে। এরসঙ্গে কি কানেকশন রাখবো। তোমরা জ্ঞান পেয়েছো - তা ধারণা করে সেই পথেই চলতে হবে।

বাচ্চারা, তোমরা যখন প্রদর্শনী ইত্যাদিতে বোঝাও তখন তোমাদের মুখ থেকে সহস্রবার 'বাবা-বাবা' নির্গত হওয়া উচিত। বাবাকে স্মরণ করলে তোমাদের কত লাভ হবে। শিববাবা বলেন, মামেকম্ স্মরণ করো তবেই বিকর্ম বিনাশ হবে। শিববাবাকে স্মরণ করো তবেই তমোপ্রধান থেকে সতোপ্রধান হয়ে যাবে। বাবা বলেন, আমাকে স্মরণ করো। একথা ভুলো না। বাবার ডায়রেকশন পেয়েছো - 'মন্মনাভব'। বাবা বলেছেন, 'বাবা' শব্দকে খুব ভালোভাবে অন্তরে মন্থন করতে থাকো। সারাদিন 'বাবা-বাবা' করা উচিত। আর অন্য কোনো কথা নয়। সর্বপ্রথম মুখ্য কথাই হলো এটা। প্রথমে বাবাকে জানো, এতেই কল্যাণ নিহিত রয়েছে। এই ৮৪-র চক্রকে বোঝা তো অতি সহজ। বাচ্চাদের প্রদর্শনীতে বোঝানোর শখ

থাকা উচিত। কোথাও যদি দেখে, আমি বোঝাতে পারছি না তখন বলতে পারে যে, আমি আমার বড় বোনকে ডাকছি কারণ এটা তো পাঠশালা, তাই না! এতে কেউ কম, কেউ বেশী পড়ে। একথা বলতে দেহ-অভিমান আসা উচিত নয়। যেখানে বড় সেন্টার রয়েছে সেখানে প্রদর্শনীও করা উচিত। চিত্র যেন লাগানো থাকে - গেটওয়ে টু হেভেন। এখন স্বর্গের দ্বার খুলছে। এই ভীষণ লড়াই-এর পূর্বেই নিজেদের উত্তরাধিকার নিয়ে নাও। যেমন মন্দিরে রোজ যেতে হয়, তেমনই তোমাদের জন্য পাঠশালা। চিত্র লাগানো থাকলে বোঝাতে সহজ হবে। প্রচেষ্টা করো যে, আমরা আমাদের পাঠশালাকে কিভাবে চিত্রশালায় পরিনত করবো। জাঁকজমকপূর্ণ হলে মানুষও আসবে। এক সেকেন্ডে বুঝে যাওয়ার রাস্তাই হলো বৈকুন্ঠে যাওয়ার রাস্তা। বাবা বলেন, কোনো তমোপ্রধান বৈকুন্ঠে যেতে পারে না। নতুন দুনিয়ায় যাওয়ার জন্য সতোপ্রধান হতে হবে, এতে কোনো খরচ নেই। কোনো মন্দির বা চার্চে যাওয়ার প্রয়োজনই নেই। স্মরণ করতে-করতে পবিত্র হয়ে সরাসরি সুইট হোমে চলে যাবে। আমরা গ্যারান্টি করছি যে, এভাবেই তোমরা ইমপিওর থেকে পিওর হয়ে যাবে। গোলকে গেট বড় করে দেখানো উচিত। স্বর্গের গেট কিভাবে খোলে। কত ক্লিয়ার। নরকের গেট বন্ধ হতে হবে। স্বর্গে নরকের কোনো নামই নেই। কৃষ্ণকে কত স্মরণ করতে হয়। কিন্তু একথা কেউ জানে না যে, তিনি কবে আসেন, কিছুই জানে না। বাবাকেই জানে না। ভগবান পুনরায় আমাদের রাজযোগ শেখান - একথা স্মরণে রাখলেও কত খুশী বজায় থাকবে। এই খুশীও যেন থাকে যে, আমরা হলাম গডফাদারলী স্টুডেন্ট। একথা কি ভুলে যাওয়া উচিত। আচ্ছা!

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

ধারণার জন্যে মুখ্য সারঃ-

১) সারাদিন যেন মুখ থেকে বাবা-বাবা নির্গত হতে থাকে, অন্ততঃ প্রদর্শনী ইত্যাদিতে বোঝানোর সময় যেন সহস্রবার 'বাবা-বাবা' শব্দ নির্গত হয়।

২) এই (স্থূল) নেত্র দ্বারা সবকিছু দেখেও একমাত্র বাবার স্মরণেই থাকবো, পরস্পর বার্তালাপের সময় তৃতীয় নেত্র দ্বারা আত্মাকে এবং আত্মার পিতাকে দেখার অভ্যাস করতে হবে।

বরদানঃ- প্রতিটি সেকেন্ড আর সংকল্পকে অমূল্য রীতিতে অতিবাহিত করে অমূল্য রত্ন ভব

সঙ্গম যুগের এক সেকেন্ডেরও অনেক বেশী ভ্যালু আছে । যেরকম একের লক্ষ গুণ হয়, সেরকম যদি এক সেকেন্ডও ব্যর্থ যায় তাহলে লক্ষ গুণ ব্যর্থ যায় - এইজন্য এতটাই অ্যাটেনশান রাখো যে আলস্যতা সমাপ্ত হয়ে যাবে। এখন তো কেউ হিসেব নেওয়ার নেই কিন্তু কিছু সময় পর থেকে অনুতাপ হবে কেননা এই সময়ের ভ্যালু অনেক বেশী। যে নিজের প্রত্যেক সেকেন্ড, প্রত্যেক সংকল্পকে অমূল্য রীতিতে অতিবাহিত করে সে-ই অমূল্য রত্ন হয়।

স্লোগানঃ- যে সদা যোগযুক্ত থাকে সে সহযোগের অনুভব করে বিজয়ী হয়ে যায়।

অব্যক্ত ঈশারা :- আত্মিক স্থিতিতে থাকার অভ্যাস করো, অন্তর্মুখী হও

আত্মা শব্দ স্মৃতিতে এলেই আত্মিকতার সাথে শুভ ভাবনাও এসে যায়। পবিত্র দৃষ্টি হয়ে যায়। যদি কেউ গালিও দেয় কিন্তু স্মৃতিতে যেন থাকে যে এই আত্মা তমোগুণী পার্ট প্লে করছে, তাহলে তার প্রতি ঘৃণা বোধ জন্মাবে না, তার প্রতিও শুভ ভাবনা বজায় থাকবে।

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;