

ਟੋਡੀ ਮਃ ੫ ॥ ਨੀਕੇ ਗੁਣ ਗਾਉ ਮਿਟਹੀ ਰੋਗ ॥ ਮੁਖ ਊਜਲ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲ ਹੋਈ ਹੈ ਤੇਰੋਰਹੈ ਈਹਾ  
ਊਹਾ ਲੋਗੁ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਚਰਨ ਪਖਾਰਿ ਕਰਉ ਗੁਰ ਸੇਵਾ ਮਨਹਿ ਚਰਾਵਉ ਭੋਗ ॥ ਛੋਡਿ ਆਪਤੁ  
ਬਾਦੁ ਅਹੰਕਾਰਾ ਮਾਨੁ ਸੋਈ ਜੋ ਹੋਗੁ ॥ ੧॥ ਸੰਤ ਟਹਲ ਸੋਈ ਹੈ ਲਾਗਾ ਜਿਸੁ ਮਸਤਕਿ ਲਿਖਿਆ  
ਲਿਖੋਗੁ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਏਕ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕਰਣੈ ਜੋਗੁ ॥੧॥੩॥੮॥ {ਪੰਨਾ 713}

ਪਦਅਰਥ:- ਨੀਕੇ—ਸੋਹਣੇ, ਚੰਗੇ। ਗਾਉ—ਗਾ, ਗਾਇਆ ਕਰ। ਮਿਟਹੀ—ਮਿਟਹਿ, ਮਿਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਊਜਲ—  
ਰੌਸ਼ਨ। ਰਹੈ—ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਈਹਾ ਊਹਾ ਲੋਗੁ—ਇਹ ਲੋਕ ਤੇ ਪਰਲੋਕ।1। ਰਹਾਉ।

ਪਖਾਰਿ—ਧੋ ਕੇ। ਕਰਉ—ਕਰਉਂ, ਮੈਂ ਕਰਾਂ। ਮਨਹਿ—ਮਨ ਨੂੰ ਹੀ। ਚਰਾਵਉ—ਚਰਾਵਉਂ, ਮੈਂ ਚੜ੍ਹਾ ਦਿਆਂ।  
ਭੋਗ—ਭੋਟਾ। ਛੋਡਿ—ਛੱਡ ਕੇ। ਆਪਤੁ—ਆਪਾ-ਭਾਵ। ਬਾਦੁ—ਝਗੜਾ। ਮਾਨੁ—ਮੰਨ। ਹੋਗੁ—ਹੋਵੇਗਾ।1।

ਸੋਈ—ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ। ਮਸਤਕਿ—ਮੱਥੇ ਉਤੇ। ਲਿਖੋਗੁ—ਲੇਖ। ਕਰਣੈ ਜੋਗੁ—ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਾਲਾ।2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਸੋਹਣੇ ਗੁਣ ਗਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਕਰ। (ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਸਾਰੇ  
ਰੋਗ ਮਿਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। (ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਤੇਰਾ ਇਹ ਲੋਕ ਅਤੇ ਪਰਲੋਕ ਸੰਵਰ ਜਾਣਗੇ, ਮਨ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋ ਜਾਇਗਾ,  
(ਲੋਕ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ) ਮੂੰਹ ਭੀ ਰੌਸ਼ਨ ਰਹੇਗਾ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਮੈਂ (ਤਾਂ) ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨ ਧੋ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਆਪਣਾ ਮਨ ਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਭੇਟ ਕਰਦਾ ਹਾਂ  
(ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ)। ਹੇ ਭਾਈ! ਤੂੰ ਭੀ (ਗੁਰੂ ਦੀ  
ਸਰਨ ਧੋ ਕੇ) ਆਪਾ-ਭਾਵ, (ਮਾਇਆ ਵਾਲਾ) ਝਗੜਾ ਅਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਤਿਆਗ, ਜੋ ਕੁਝ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਰਜਾ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ  
ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ (ਮਿੱਠਾ ਕਰ ਕੇ) ਮੰਨ।1।

(ਪਰ,) ਹੇ ਨਾਨਕ! ਆਖ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਮੱਥੇ ਉਤੇ (ਧੁਰੋਂ ਇਹ) ਲੇਖ  
ਲਿਖਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕੋਈ ਹੋਰ (ਇਹ ਮੇਹਰ) ਕਰਨ ਜੋਗਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।2।3।8।