

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بنام خدای بخشاینده، با رحم

عَبَسَ وَ تَوَلَّىٰ - (1)

چهره در هم کشید و رو گرداند. (1)

أَنْ جَاءَهُ الْأَعْمَىٰ (2)

آنکه آمد او را مرد نابینا. (2)

وَمَا يُدْرِيكَ لَعَلَّهُ يَزَّكَّىٰ - (3)

و چه میدانی تو شاید او پاک شود. (3)

أَوْ يَذَّكَّرُ فَتَنْفَعَهُ الذِّكْرَىٰ - (4)

یا پند گیرد پس نفع دهد او را پند دادن. (4)

أَمَّا مَنْ اسْتَعْنَىٰ (5)

اما کسی که بی نیازی کرد. (5)

فَأَنْتَ لَهُ تَصَدَّىٰ (6)

پس تو برای او توجه می کنی. (6)

وَمَا عَلَيْكَ أَلَّا يَزَّكَّىٰ (7)

و نیست بر تو آنکه نشود پاک. (7)

وَأَمَّا مَنْ جَاءَكَ يَسْعَىٰ (8)

و اما کسی که آمد (پیش) تو، می کوشد. (8)

وَ هُوَ يَخْشَىٰ (9)

و او (از خدا) می ترسد. (9)

فَأَنْتَ عَنْهُ تَلَهَّىٰ (10)

پس تو از او بی اعتنائی می کنی. (10)

كَلَّا إِنَّهَا تَذْكِرَةٌ (11)

نه، هرگز، هر آئینه آن است پندی. (11)

فَمَنْ شَاءَ ذَكَرْهُ (12)

پس کسی که خواست پند گرفت آن را. (12)

فِي صُحُفٍ مُّكْرَمَةٍ (13)

در نامه های گرامی شده. (13)

مَرْفُوعَةٍ مُّطَهَّرَةٍ (14)

بلند کرده شده، پاک کرده شده. (14)

بِأَيْدِي سَفَرَةٍ (15)

به دست های نویسندگان. (15)

كِرَامٍ بَرَرَةٍ (16)

بزرگواران، نیکوکرداران. (16)

قُتِلَ الْإِنْسَانُ مَا أَكْفَرَهُ (17)

نابود شد انسان، چه ناسپاس ساخت او را؟ (17)

مِنْ أَيِّ شَيْءٍ خَلَقَهُ (18)

از کدام چیز آفرید (خدا) او را؟ (18)

مِنْ نُّطْفَةٍ خَلَقَهُ فَقَدَرَهُ (19)

از نطفه ئی آفرید او را، پس اندازه کرد او را. (19)

ثُمَّ السَّبِيلَ يَسَّرَهُ (20)

پس راه را می سازد آسان برای او. (20)

ثُمَّ أَمَاتَهُ فَأَقْبَرَهُ (21)

باز میراند او را پس در قبر کرد او را. (21)

ثُمَّ إِذَا شَاءَ أَنْشَرَهُ (22)

باز وقتیکه خواست زنده ساخت او را. (22)

كَلَّا لَمَّا يَقْضِ مَا أَمَرَهُ (23)

نه، هرگز، انجام نداد آنچه حکم کرد او را (خدا). (23)

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَىٰ طَعَامِهِ (24)

پس باید ببیند انسان به سوی غذای خود. (24)

أَنَا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبًّا (25)

این که ما ریختانیم آب را ریختاندنی. (25)

ثُمَّ شَفَقْنَا الْأَرْضَ شَفَقًا (26)

باز شگافتیم ما زمین را شگافتنی. (26)

فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا (27)

پس رویانیدیم ما در زمین دانه هائی. (27)

وَ عِنَبًا وَقَضْبًا (28)

و انگور ها و سبزیجات. (28)

وَ زَيْتُونًا وَ نَخْلًا (29)

و زیتون و درخت های خرما. (29)

وَ حَدَائِقَ غُلْبًا (30)

و بوستان های پر درخت و انبوه. (30)

وَ فَكَّهَةً وَ أَبًّا (31)

و میوه ها و گیاه. (31)

مَتَدَعًا لَّكُمْ وَ لِأَنْعَامِكُمْ (32)

بهره مندی برای شما و برای چهارپایان شما. (32)

فَإِذَا جَاءَتِ الصَّاحَّةُ (33)

پس وقتی که آمد صدای کر کننده. (33)

يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ (34)

روزی که می گریزد مرد از برادر خود. (34)

وَ أُمِّهِ وَ أَبِيهِ (35)

و مادر خود و پدر خود. (35)

وَ صَاحِبَتِهِ وَ بَنِيهِ (36)

و زن خود و فرزندان خود. (36)

لِكُلِّ امْرِيٍّ مِّنْهُمْ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُغْنِيهِ (37)

برای هر مردی از ایشان آن روز موضوعی مشغول می کند او را. (37)

وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُّسْفِرَةٌ (38)

روی هائی آن روز روشن. (38)

ضَاحِكَةٌ مُّسْتَبْشِرَةٌ (39)

خندان، شادان. (39)

وَ وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ عَلَيَّهَا غَبْرَةٌ (40)

و روی هائی آن روز بر آنها غبار. (40)

تَرَاهُهَا قَتْرَةٌ (41)

می پوشاند آنها را تاریکی. (41)

أُولَىٰ-نِكَ هُمُ الْكٰفِرَةُ الْفَجْرَةُ (42)

آنها ايشانند نامعتقدان، بد كاران. (42)