

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بنام خدای بخشاینده، با رحم

يَا أَيُّهَا الْمَزْمَلُ (1)

ای جامه بر خود پیچیده! (1)

قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا (2)

برخیز شب را مگر اندکی. (2)

نِصْفَهُ- أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا (3)

نیم آن یا کم کن از آن اندکی. (3)

أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَ رَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا (4)

یا بیفزای بر آن و به آهسته گی قرائت کن قرآن را به آهسته گی قرائت کردن (به تأمل و وضاحت). (4)

إِنَّا سَأَلْنَاكَ عَلَيْنَا قَوْلًا نَقِيلاً (5)

هرآئینه ما خواهیم افکند (فرستاد) بر تو سخن سنگینی. (5)

إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلاً (6)

هرآئینه برخاستن شب آن است بسیار مؤثر تر و مناسب تر در سخن گفتن. (6)

إِنَّ لَكَ فِي النَّهَارِ سَبْحًا طَوِيلًا (7)

هرآئینه برای تو در روز وظیفه نی درازی است. (7)

وَ ادْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ وَ تَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا (8)

و یاد کن نام پروردگار خود را و متوجه کن خود را به سوی او متوجه کردن. (8)

رَبُّ الْمَشْرِقِ وَ الْمَغْرِبِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَاتَّخِذْهُ وَكِيلًا (9)

پروردگار مشرق و مغرب، نیست معبودی مگر او پس بگیر او را کار ساز. (9)

وَ اصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَ اهْجُرْهُمْ هَجْرًا جَمِيلًا (10)

و شکیبائی کن بر آنچه می گویند و ترک کن ایشان را، ترک کردن پسندیده ئی. (10)

وَ ذَرْنِي وَ الْمُكذِّبِينَ اُولِي النِّعْمَةِ وَ مَهْلُومٌ قَلِيلًا (11)

و بگذار مرا و به دروغ نسبت کننده گان را، صاحبان نعمت، و مهلت ده ایشان را اندکی. (11)

إِنَّ لَدَيْنَا أَنْكَالًا وَ جَحِيمًا (12)

هر آئینه نزد ما است بند ها و زنجیر ها و دوزخی. (12)

وَ طَعَامًا ذَا غُصَّةٍ وَ عَذَابًا أَلِيمًا (13)

و غذای صاحب گلون بندی و عذابی درد دهنده ئی. (13)

يَوْمَ تَرْجُفُ الْأَرْضُ وَ الْجِبَالُ وَ كَانَتِ الْجِبَالُ كَثِيْبًا مَّهِيْلًا (14)

روزیکه می جنبد زمین و کوه ها و باشد کوه ها مانند تپه های ریگ در حال پائین افتادن. (14)

إِنَّا أَرْسَلْنَا إِلَيْكُمْ رَسُولًا شَاهِدًا عَلَيْكُمْ كَمَا أَرْسَلْنَا إِلَىٰ فِرْعَوْنَ رَسُولًا (15)

هر آئینه فرستادیم ما به سوی شما پیغمبری گواهی دهنده بر شما چنانکه فرستادیم ما به سوی فرعون پیغمبری. (15)

فَعَصَىٰ فِرْعَوْنُ الرَّسُولَ فَأَخَذْنَاهُ أَخْذًا وَبِيْلًا (16)

پس نافرمانی کرد فرعون پیغمبر را پس گرفتیم ما او را گرفتن تباه کنی. (16)

فَكَيْفَ تَتَّقُونَ إِنْ كَفَرْتُمْ يَوْمًا يَجْعَلُ الْوِلْدَانَ شِيبًا (17)

پس چگونه نگاه می دارید خود را اگر نامعتقد شدید در روزی که می سازد کودکان را (پیران) موی سفیدی. (17)

السَّمَاءُ مُنْفَطِرٌ بِهِ كَانَ وَعْدُهُ مَفْعُولًا (18)

آسمان شکافته شده باشد در آن روز. است وعده خدا انجام شده ئی. (18)

إِنَّ هَذِهِ تَذْكِرَةٌ صلى فَمَنْ شَاءَ اتَّخَذَ إِلَىٰ رَبِّهِ سَبِيلًا (19)

هر آئینه این است پندی؛ پس کسی که خواست گرفت به سوی پروردگار خود راهی. (19)

إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَىٰ مِنْ ثُلُثِي اللَّيْلِ وَ نِصْفَهُ وَ ثُلُثَهُ وَ طَائِفَةٌ مِنَ الَّذِينَ مَعَكَ وَ اللَّهُ يُفَدِّرُ
الْأَيْلَ وَ النَّهَارَ عِلْمَ أَنْ لَنْ نُحْصِيَهُ فَنَابَ عَلَيْكُمْ صلى فَأَقْرَعُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ عِلْمَ أَنْ سَيَكُونُ
مِنْكُمْ مَرَضَىٰ وَ آخَرُونَ يَضْرِبُونَ فِي الْأَرْضِ يَبْتَغُونَ مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَ آخَرُونَ يُقَاتِلُونَ فِي
سَبِيلِ اللَّهِ صلى فَأَقْرَعُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ وَ أَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَ آتُوا الزَّكَاةَ وَ أَقْرَضُوا اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا
وَ مَا تُقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ مِنْ خَيْرٍ تَجِدُوهُ عِنْدَ اللَّهِ هُوَ خَيْرٌ وَ أَعْظَمُ أَجْرًا وَ اسْتَغْفِرُوا صلى إِنَّ اللَّهَ
عَفُورٌ رَحِيمٌ (20)

هر آئینه پروردگار تو می داند آنکه تو ایستاده می شوی کمی از دو سوم شب و نیم آن و یک سوم آن و گروهی از آنان همراه تو. و خدا اندازه می کند شب را و روز را. دانست خدا آنکه نمی توانید حساب کنید آن را پس برگشت (به رحمت) بر شما؛ پس قرائت کنید آنچه آسان باشد از قرآن. دانست خدا آنکه خواهد بعضی از شما بیماران و دیگران سفر می کنند در زمین طلب می کنند از فضل خدا و دیگران جنگ می کنند در راه خدا؛ پس قرائت کنید آنچه آسان باشد از آن. و برپا دارید نماز را و بدهید زکات را و قرض دهید خدا را قرض نیکویی. و آنچه پیش می فرستید برای نفس های خود از خوبی، می یابید آن را نزد خدا، آن است بهتر و بزرگتر پاداشی. و طلب کنید آمرزش خدا را؛ هر آئینه خدا است آمرزگار، با رحم. (20)