

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

به نام خداوند رحمتگر مهربان

وَالْفَجْرِ ﴿١﴾

**فولادوند:** سوگند به سپیده دم

**مکارم:** به سپیده دم سوگند.

وَلَيَالٍ عَشْرٍ ﴿٢﴾

**فولادوند:** و به شبهای دهگانه

**مکارم:** و به شبهای دهگانه.

وَالشَّفْعِ وَالْوَتْرِ ﴿٣﴾

**فولادوند:** و به جفت و تاق

**مکارم:** و به زوج و فرد.

وَاللَّيْلِ إِذَا يَسِرٌ ﴿٤﴾

**فولادوند:** و به شب وقتی سپری شود

**مکارم:** و به شب هنگامی که (به سوی روشنایی روز) حرکت می‌کند سوگند (که پروردگارت در کمین ظالمان است).

هَلْ فِي ذَلِكَ قَسَمٌ لِّذِي حِجْرٍ ﴿٥﴾

**فولادوند:** آیا در این برای خردمند [نیاز به] سوگندی [دیگر] است

**مکارم:** آیا در آنچه گفته شد سوگند مهمی برای صاحبان خرد نیست؟!

أَلَمْ تَرَ كَيْفَ فَعَلَ رَبُّكَ بِعَادٍ ﴿٦﴾

**فولادوند:** مگر ندانسته‌ای که پروردگارت با عاد چه کرد

**مکارم:** آیا ندیدی پروردگارت به قوم عاد چه کرد؟

إِرمَ ذَاتِ الْعِمَادِ ﴿٧﴾

**فولادوند:** با عمارات ستون‌دار ارم

**مکارم:** و با آن شهر «ارم» با عظمت.

الَّتِي لَمْ يُخْلَقْ مِثْلَهَا فِي الْبِلَادِ ﴿٨﴾

**فولادوند:** که مانندش در شهرها ساخته نشده بود

**مکارم:** همان شهری که نظیرش در بلاد آفریده نشده بود.

وَتَمُودَ الَّذِينَ جَاءُوا الصَّخْرَ بِالْوَادِ ﴿٩﴾

**فولادوند:** و با تمود همانان که در دره تخته‌سنگها را می‌بریدند

**مکارم:** و قوم تمود که صخره‌های عظیم را از دره می‌بریدند (و از آن خانه و کاخ می‌ساختند).

وَفِرْعَوْنَ ذِي الْأَوْتَادِ ﴿١٠﴾

**فولادوند:** و با فرعون صاحب خرگاهها [و بناهای بلند]

**مکارم:** و فرعونی که قدرتمند و شکنجه گر بود.

الَّذِينَ طَعَوْا فِي الْبِلَادِ ﴿١١﴾

**فولادوند:** همانان که در شهرها سر به طغیان برداشتند

**مکارم:** همان اقوامی که در شهرها طغیان کردند.

فَأَكْثَرُوا فِيهَا الْفَسَادَ ﴿١٢﴾

**فولادوند:** و در آنها بسیار تبهکاری کردند

**مکارم:** و فساد فراوان در آنها ببار آوردند.

فَصَبَّ عَلَيْهِمْ رَبُّكَ سَوْطَ عَذَابٍ ﴿١٣﴾

**فولادوند:** [تا آنکه] پروردگارت بر سر آنان تازیانه عذاب را فرونواخت

**مکارم:** لذا خداوند تازیانه عذاب را بر آنها فرو ریخت.

إِنَّ رَبَّكَ لَبَلَمْرْصَادٍ ﴿١٤﴾

**فولادوند:** زیرا پروردگارت تو سخت در کمین است

**مکارم:** مسلماً پروردگارت تو در کمینگاه است.

فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَنَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ ﴿١٥﴾

**فولادوند:** اما انسان هنگامی که پروردگارش وی را می‌آزماید و عزیزش می‌دارد و نعمت فراوان به او می‌دهد می‌گوید پروردگارم

مرا گرامی داشته است

**مکارم:** اما انسان هنگامی که خداوند او را برای آزمایش اکرام می‌کند و نعمت می‌بخشد (مغرور می‌شود و) می‌گوید: پروردگارم

مرا گرامی داشته!

وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ ﴿١٦﴾

**فولادوند:** و اما چون وی را می آزماید و روزی اش را بر او تنگ می گرداند می گوید پروردگارم مرا خوار کرده است  
**مکارم:** و اما هنگامی که برای امتحان روزی را بر او تنگ بگیرد مایوس می شود و می گوید پروردگارم مرا خوار کرده!

كَلَّا بَلْ لَّا تُكْرُمُونَ الْيَتِيمَ ﴿١٧﴾

**فولادوند:** ولی نه بلکه یتیم را نمی نوازید  
**مکارم:** چنان نیست که شما خیال می کنید، بلکه شما یتیمان را گرامی نمی دارید.

وَلَا تَحَاضُّونَ عَلَى طَعَامِ الْمِسْكِينِ ﴿١٨﴾

**فولادوند:** و بر خوراک [دادن] بینوا همدیگر را بر نمی انگیزید  
**مکارم:** و یکدیگر را بر اطعام مستمندان تشویق نمی کند.

وَتَأْكُلُونَ التُّرَاثَ أَكْلًا لَمًّا ﴿١٩﴾

**فولادوند:** و میراث [ضعیفان] را چپاولگرانه می خورید  
**مکارم:** و میراث را (از طریق مشروع و نامشروع) جمع کرده می خورید.

وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا ﴿٢٠﴾

**فولادوند:** و مال را دوست دارید دوست داشتنی بسیار  
**مکارم:** و مال و ثروت را بسیار دوست می دارید.

كَلَّا إِذَا دُكَّتِ الْأَرْضُ دَكًّا دَكًّا ﴿٢١﴾

**فولادوند:** نه چنان است آنگاه که زمین سخت در هم کوبیده شود  
**مکارم:** چنان نیست که آنها خیال می کنند، در آن هنگام که زمین سخت درهم کوبیده شود.

وَجَاءَ رَبُّكَ وَالْمَلَكُ صَفًّا صَفًّا ﴿٢٢﴾

**فولادوند:** و [فرمان] پروردگارت و فرشته [ها] صف در صف آیند  
**مکارم:** و فرمان پروردگارت فرا رسد و فرشتگان صف در صف حاضر شوند.

وَجِيءَ يَوْمَئِذٍ بِجَهَنَّمَ يَوْمَئِذٍ يَتَذَكَّرُ الْإِنْسَانُ وَأَنَّى لَهُ الذِّكْرَى ﴿٢٣﴾

**فولادوند:** و جهنم را در آن روز [حاضر] آورند آن روز است که انسان پند گیرد و [لی] کجا او را جای پندگرفتن باشد

**مکارم:** و در آن روز جهنم را حاضر کنند (آری) در آن روز انسان متذکر می‌شود، اما چه فایده که این تذکر برای او سودی ندارد.

يَقُولُ يَا لَيْتَنِي قَدَّمْتُ لِحَيَاتِي ﴿٢٤﴾

**فولادوند:** گوید کاش برای زندگانی خود [چیزی] پیش فرستاده بودم

**مکارم:** می گوید: ایکاش برای این زندگی چیزی فرستاده بودم.

فَيَوْمَئِذٍ لَّا يُعَذِّبُ عَذَابُهُ أَحَدًا ﴿٢٥﴾

**فولادوند:** پس در آن روز هیچ کس چون عذاب کردن او عذاب نکند

**مکارم:** در آن روز هیچکس عذابی همانند عذاب او نمی‌کند.

وَلَا يُوثِقُ وَثَاقَهُ أَحَدٌ ﴿٢٦﴾

**فولادوند:** و هیچ کس چون دربندکشیدن او دربند نکشد

**مکارم:** و هیچکس همچون او کسی را به بند نمی‌کشد.

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾

**فولادوند:** ای نفس مطمئنه

**مکارم:** تو ای روح آرام یافته!

ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾

**فولادوند:** خشنود و خدایسند به سوی پروردگارت بازگرد

**مکارم:** به سوی پروردگارت بازگرد در حالی هم تو از او خشنودی و هم او از تو خشنود است.

فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾

**فولادوند:** و در میان بندگان من درآ

**مکارم:** و در سلك بندگانم داخل شو.

وَادْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾

**فولادوند:** و در بهشت من داخل شو

**مکارم:** و در بهشتم ورود کن.

