

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

به نام خداوند رحمتگر مهربان

سَبِّحْ اسْمَ رَبِّكَ الْأَعْلَى ﴿١﴾

**فولادوند:** نام پروردگار والای خود را به پاکی بستای

**مکارم:** نام پروردگار بلند مرتبهات را منزه دار.

الَّذِي خَلَقَ فَسَوَّى ﴿٢﴾

**فولادوند:** همان که آفرید و هماهنگی بخشید

**مکارم:** همان خداوندی که آفرید و منظم کرد.

وَالَّذِي قَدَّرَ فَهَدَى ﴿٣﴾

**فولادوند:** و آنکه اندازه‌گیری کرد و راه نمود

**مکارم:** و همان کس که تقدیر کرد و هدایت فرمود.

وَالَّذِي أَخْرَجَ الْمَرْعَى ﴿٤﴾

**فولادوند:** و آنکه چمنزار را برآورد

**مکارم:** و آنکس که چراگاه را به وجود آورد.

فَجَعَلَهُ غُثَاءً أَحْوَى ﴿٥﴾

**فولادوند:** و پس [از چندی] آن را خاشاکی تیره‌گون گردانید

**مکارم:** سپس آن را خشك و سیاه قرار داد.

سُنْقَرُوكَ فَلَا تَنْسَى ﴿٦﴾

**فولادوند:** ما بزودی [آیات خود را به وسیله سروش غیبی] بر تو خواهیم خواند تا فراموش نکنی

**مکارم:** ما به زودی (قرآن را) بر تو قرائت می‌کنیم و هرگز فراموش نخواهی کرد.

إِلَّا مَا شَاءَ اللَّهُ إِنَّهُ يَعْلَمُ الْجَهْرَ وَمَا يَخْفَى ﴿٧﴾

**فولادوند:** جز آنچه خدا خواهد که او آشکار و آنچه را که نمان است می‌داند

**مکارم:** مگر آنچه را خدا بخواند، که او آشکار و پنهان را می‌داند.

وَيُسِّرُّكَ لِلْيُسْرَى ﴿٨﴾

**فولادوند:** و برای تو آسانترین [راه] را فراهم می‌گردانیم

**مکارم:** و ما تو را برای انجام هر کار خیر آماده می‌کنیم.

فَذَكِّرْ إِن نَّفَعَتِ الذِّكْرَى ﴿٩﴾

**فولادوند:** پس پند ده اگر پند سود بخشد

**مکارم:** پس تذکر ده اگر تذکر مفید باشد.

سَيَذَكِّرُ مَنْ يَخْشَى ﴿١٠﴾

**فولادوند:** آن کس که ترسد بزودی عبرت گیرد

**مکارم:** و به زودی آنها که از خدا می‌ترسند متذکر می‌شوند.

وَيَتَجَنَّبُهَا الْأَشْقَى ﴿١١﴾

**فولادوند:** و نگویند بخت خود را از آن دور می‌دارد

**مکارم:** اما بدبخت ترین افراد از آن دوری می‌گزینند.

الَّذِي يَصَلِّي النَّارَ الْكُبْرَى ﴿١٢﴾

**فولادوند:** همان کس که در آتشی بزرگ در آید

**مکارم:** همان کسی که در آتش بزرگ وارد می‌شود.

ثُمَّ لَا يَمُوتُ فِيهَا وَلَا يَحْيَى ﴿١٣﴾

**فولادوند:** آنگاه نه در آن می‌میرد و نه زندگانی می‌یابد

**مکارم:** سپس در آن آتش نه می‌میرد و نه زنده می‌شود.

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى ﴿١٤﴾

**فولادوند:** رستگار آن کس که خود را پاک گردانید

**مکارم:** مسلماً رستگار می‌شود کسی که خود را تزکیه کند.

وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى ﴿١٥﴾

**فولادوند:** و نام پروردگارش را یاد کرد و نماز گزارد

**مکارم:** و نام پروردگارش را بیاد آورد و نماز بخواند.

بَلْ تُؤْثِرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا ﴿١٦﴾

**فولادوند:** لیکن [شما] زندگی دنیا را بر می‌گزینید

**مکارم:** بلکه شما حیات دنیا را مقدم می‌دارید.

وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَى ﴿١٧﴾

**فولادوند:** با آنکه [جهان] آخرت نیکوتر و پایدارتر است

**مکارم:** در حالی که آخرت بهتر و پایدارتر است.

إِنَّ هَذَا لَفِي الصُّحُفِ الْأُولَى ﴿١٨﴾

**فولادوند:** قطعا در صحیفه‌های گذشته این [معنی] هست

**مکارم:** این دستورات در کتب آسمانی پیشین آمده است.

صُّحُفِ إِبْرَاهِيمَ وَمُوسَى ﴿١٩﴾

**فولادوند:** صحیفه‌های ابراهیم و موسی

**مکارم:** کتب ابراهیم و موسی.

