

متن سوره مزمل با ترجمه

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

به نام خدای بخشنده مهربان

يَا أَيُّهَا الْمَزْمَلُ ﴿١﴾

ای جامه بر خود پیچیده! (۱)

فُمِ اللَّيْلِ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٢﴾

شب را جز اندکی [که ویژه استراحت است، برای عبادت] برخیز؛ (۲)

نِصْفَهُ أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا ﴿٣﴾

نصف [همه ساعات] شب [را به عبادت اختصاص ده] یا اندکی از نصف بکاه،
(۳)

أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا ﴿٤﴾

یا [مقداری] بر نصف بیفزای، و قرآن را شمرده و روشن و با تأمل و دقت
بخوان. (۴)

إِنَّا سَنُلْقِي عَلَيْكَ قَوْلًا ثَقِيلًا ﴿٥﴾

به یقین ما به زودی گفتاری سنگین [چون آیات قرآن] به تو القا خواهیم کرد.
(۵)

إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلاً ﴿٦﴾

بی تردید عبادت [ی که در دل] شب [انجام می گیرد] محکم تر و پایدارتر و گفتار در آن استوارتر و درست تر است. (۶)

إِنَّ لَكَ فِي النَّهَارِ سَبْحًا طَوِيلًا ﴿٧﴾

تو را در روز [برای مشاغل فراوان معنوی و هدایت مردم و حل مشکلات نیازمندان،] رفت و آمدی طولانی است [پس ساعات شب برای عبادت فرصتی بهتر است]. (۷)

وَادْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا ﴿٨﴾

نام پروردگارت را [به زبان حال و قال] یاد کن [و از غیر او قطع امید نما] و فقط دل بر او بند. (۸)

رَبُّ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَاتَّخِذْهُ وَكِيلًا ﴿٩﴾

[همان که] پروردگار مشرق و مغرب [است]، هیچ معبودی جز او نیست، پس او را وکیل و کارساز خود انتخاب کن، (۹)

وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَاهْجُرْهُمْ هَجْرًا جَمِيلًا ﴿١٠﴾

و بر گفتار [و آزار] مشرکان شکیبا باش و از آنان به شیوه ای پسندیده دوری کن، (۱۰)

وَذَرْنِي وَالْمُكَذِّبِينَ أُولِي النَّعْمَةِ وَمَهِّلْهُمْ قَلِيلًا ﴿١١﴾

و مرا با تکذیب کنندگان توانگر و نازپرورده واگذار و آنان را اندکی مهلت ده،
(۱۱)

إِنَّ لَدَيْنَا أَنْكَالًا وَجَحِيمًا ﴿١٢﴾

که حتماً [برای آنان] نزد ما [به کیفر اعمالشان] زنجیرهایی گران و آتشی به
شدت شعله‌ور است، (۱۲)

وَطَعَامًا ذَا غُصَّةٍ وَعَذَابًا أَلِيمًا ﴿١٣﴾

و غذایی گلوگیر و عذابی دردناک است، (۱۳)

يَوْمَ تَرْجُفُ الْأَرْضُ وَالْجِبَالُ وَكَانَتِ الْجِبَالُ كَثِيبًا مَهِيلاً
﴿١٤﴾

در روزی که زمین و کوه ها به لرزه درآیند، و کوه ها به صورت توده ای شن
روان گردند! (۱۴)

إِنَّا أَرْسَلْنَا إِلَيْكُمْ رَسُولًا شَاهِدًا عَلَيْكُمْ كَمَا أَرْسَلْنَا إِلَىٰ
فِرْعَوْنَ رَسُولًا ﴿١٥﴾

ما پیامبری که گواه بر [اعمال] شماست، به سویتان فرستادیم، همان گونه که به
سوی فرعون، رسولی فرستادیم؛ (۱۵)

فَعَصَىٰ فِرْعَوْنُ الرَّسُولَ فَأَخَذْنَاهُ أَخْذًا وَبِيلاً ﴿١٦﴾

پس فرعون از آن رسول نافرمانی کرد، پس او را به عذابی سخت گرفتیم.
(۱۶)

فَكَيْفَ تَتَّقُونَ إِن كَفَرْتُمْ يَوْمًا يَجْعَلُ الْوِلْدَانَ شِيبًا ﴿١٧﴾

اگر امروز کفر بورزید، پس چگونه خود را [از عذاب] روزی که کودکان را
پیر می کند، حفظ می نمایید؟! (۱۷)

السَّمَاءُ مُنْفَطِرٌ بِهِ ۗ كَانَ وَعْدُهُ مَفْعُولًا ﴿١٨﴾

آسمان به سبب شدت و کوبندگی آن روز، درهم شکافته می شود و قطعاً وعده
خدا شدنی است. (۱۸)

إِنَّ هَذِهِ تَذْكِرَةٌ ۖ فَمَنْ شَاءَ اتَّخَذْ إِلَىٰ رَبِّهِ سَبِيلًا ﴿١٩﴾

بی تردید این [قرآن] مدر سوره|مزمل تذکر و پند است، پس هر کس بخواهد
راهی به سوی پروردگارش [باتکیه براین قرآن] برگزیند. (۱۹)

إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَىٰ مِنْ ثُلُثِي اللَّيْلِ وَنِصْفَهُ وَثُلُثَهُ
 وَطَائِفَةٌ مِّنَ الَّذِينَ مَعَكَ ۗ وَاللَّهُ يُقَدِّرُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ ۗ عَلِمَ أَن
 لَّنْ نَّحْصُوهُ فَتَابَ عَلَيْكُمْ ۖ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ ۗ
 عَلِمَ أَن سَيَكُونُ مِنْكُم مَّرْضَىٰ ۙ وَآخَرُونَ يَضْرِبُونَ فِي
 الْأَرْضِ يَبْتَغُونَ مِن فَضْلِ اللَّهِ ۙ وَآخَرُونَ يُقَاتِلُونَ فِي
 سَبِيلِ اللَّهِ ۖ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ ۗ وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا
 الزَّكَاةَ وَاقْرَأُوا اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا ۗ وَمَا تُقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ
 مِن خَيْرٍ تَجِدُوهُ عِنْدَ اللَّهِ هُوَ خَيْرًا وَأَعْظَمَ أَجْرًا ۗ
 وَاسْتَغْفِرُوا لِلَّهِ ۖ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿٢٠﴾

پروردگارت آگاه است که تو و گروهی از کسانی که با تو، نزدیک به دو
 سوم شب و گاهی نیمی از آن و زمانی یک سومش را [برای عبادت و خواندن
 قرآن] برمی خیزد، و خدا شب و روز را [دقیق و منظم] اندازه گیری می کند،
 و برای او مشخص است که شما هرگز نمی توانید [به علت کوتاهی و بلندی
 شب در طول سال، دو سوم و نصف و یک سوم را دقیقاً] اندازه گیری کنید،
 پس [اندازه گیری دقیق را] بر شما بخشید؛ بنابراین آنچه را از قرآن برای شما
 میسر است بخوانید. او می داند که به زودی برخی از شما بیمار می شوند، و
 گروهی برای به دست آوردن رزق و روزی خدا در زمین سفر می کنند، و
 بعضی در راه خدا می جنگند؛ پس آنچه را از آن میسر است بخوانید و نماز را
 برپا دارید و زکات بپردازید و وام نیکو به خدا بدهید؛ و آنچه را از عمل خیر
 برای خود پیش می فرستید، آن را نزد خدا به بهترین صورت و بزرگ ترین
 پاداش خواهید یافت؛ و از خدا آمرزش بخواهید که خدا بسیار آمرزنده و
 مهربان است. (۲۰)

صدق الله والعلی العظیم

راست گفت خدای بلند رتبت