

(93) Σούρα ελ-Ντουχά  
(Το Ηλιόλουστο Πρωινό)

Στο όνομα του ΑΛΛΑΧ  
του Παντελήμονα, του Πολνεύσπλαχνου

1. Μα την (ώρα) του Ηλιόλουστου  
Πρωινού!

2. (Και), Μα τη Νύχτα όταν σκεπάζει  
τα πάντα,

3. δεν σε έχει εγκαταλείψει ο Κύριός  
σου, ούτε σε μίσησε.

4. Και - οπωσδήποτε - η Μέλλουσα  
ζωή θα είναι καλύτερη για σένα από την  
πρώτη (την τωρινή).

5. Και ο Κύριός σου θα σου δώσει  
(ό,τι ποθείς) και θα είσαι ευχαριστημένος.

6. Μα δεν σε βρήκε (ο ΑΛΛΑΧ)  
ορφανό, και σου έδωσε καταφύγιο (και  
φροντίδα);

7. Και σε βρήκε στην άγνοια (της  
θρησκείας του ΑΛΛΑΧ) και σε  
καθοδήγησε.

8. Και σε βρήκε σε ανάγκη (φτωχό)  
και σε έκανε πλούσιο (ανεξάρτητο).

9. Γι' αυτό μη μεταχειρίζεσαι με  
τραχύτητα τον ορφανό,

10. κι όσο γι' αυτόν που ρωτά (που  
ζητά βοήθεια) μην τον αποκρούεις (με  
οκληρά λόγια)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَالضُّحَىٰ ﴿١﴾

وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ﴿٢﴾

مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ ﴿٣﴾

وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ الْأُولَىٰ ﴿٤﴾

وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَىٰ ﴿٥﴾

أَلَمْ يَجِدَكَ يَتِيمًا فَآوَىٰ ﴿٦﴾

وَوَجَدَكَ ضَالًّا فَهَدَىٰ ﴿٧﴾

وَوَجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَىٰ ﴿٨﴾

فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ ﴿٩﴾

وَأَمَّا السَّائِلَ فَلَا تَنْهَرْ ﴿١٠﴾

11. και όσο για τις Ευεργεσίες του Κυρίου σου να τις διηγείσαι.

وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ ﴿١١﴾

**(94) Σούρα ελ-Σερχ  
(Το Άνοιγμα - η Παρηγοριά)**



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Στο όνομα του ΑΛΛΑΧ  
του Παντελεήμονα, του Πολυεύσπλαχνου

1. Μα δεν σου έχουμε ανοίξει το στήθος σου; (για καθοδήγηση - προσανατολισμό);

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ﴿١﴾

2. Και σε απαλλάξαμε από το βάρος σου,

وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ ﴿٢﴾

3. Βάρος που πονούσε τη πλάτη σου;

الَّذِي أَنْقَصَ ظَهْرَكَ ﴿٣﴾

4. Κι ανυψώσαμε την υπόληψή σου;

وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ﴿٤﴾

5. Έτσι - δέβαια - με κάθε δυσκολία υπάρχει ανακούφιση.

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾

6. Ναι - οπωσδήποτε - με κάθε δυσκολία υπάρχει ανακούφιση.

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

7. Γι' αυτό, όταν είσαι ελεύθερος (σχολάς) (από την άμεση δουλειά σου) να προσπαθήσεις, όσο μπορείς στη λατρεία (του ΑΛΛΑΧ),

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾

8. Και προς τον Κύριό σου στρέψε (όλο) το ζήλο σου μ' αφοσίωση.

وَالِلرَّبِّكَ فَاَرْعَبْ ﴿٨﴾