

Rahman ve Rahim olan Allah'ın adıyla;

- 1 . Biz, senin göğsünü yarıp-genişletmedik mi?
- 2 . Ve yükünü indirip-atmadık mı?
- 3 . Ki o, senin belini bükmişti;
- 4 . Senin zikrini (şanını) yüceltmedik mi?
- 5 . Demek ki, gerçekten zorlukla beraber kolaylık vardır.
- 6 . Gerçekten güçlkle beraber kolaylık vardır.
- 7 . Şu halde boş kaldığın zaman, durmaksızın (dua ve ibadetle) yorulmaya-devam et.
- 8 . Ve yalnızca Rabbine rağbet et.