

תְּוַשְׁעוּן	וְנַחַת	בְּשׁוּבָה	
你们得拯救	和休息	在于归回	
גְּבוּרַתְכֶם	תְּהִיָּה	וּבְבִטְחָהּ	בְּהַשְׁקֵט
你们的力量	是	和安稳	在于平静

בְּשׁוּבָה (be-shu-vah) 在于归回

וְנַחַת (wa-na-hat) 和休息

תְּוַשְׁעוּן (ti-wa-she-un) 你们得拯救

בְּהַשְׁקֵט (be-hash-ket) 在于平静

וּבְבִטְחָהּ (u-ve-vit-hah) 和安稳

תְּהִיָּה (tih-yeh) 是

גְּבוּרַתְכֶם (ge-vu-rat-chem) 你们的力量