

הַשְׁכִּיבֵנוּ

הַשְׁכִּיבֵנוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ לְשָׁלוֹם וְהַעֲמִידֵנוּ מֶלֶכְנוּ לְחַיִּים

Adonoy our God; make us lie down in peace, our King, raise us again to life

וּשְׁמֹר צֵאתָנוּ וּבֹאָנוּ לְחַיִּים וּלְשָׁלוֹם מִעַתָּה וְעַד עוֹלָם

Guard our going out and our coming in for life and peace for now forever.