



ZINGEN  
uit de Bron

# Gezinsmoment bij Psalm 90

Een ootmoedig gebed om Gods terugkeer



UITLEG



KINDERHART



VERDIEPEN



VERWERKEN



VERGELIJKEN



KINDEREN



JONGEREN



## Leg de psalm uit aan je kinderen

Wij zijn als gras dat groeit, verwelkt, verdort. Deze laatste regel van vers 2 geeft ons leven weer. We maken dit beeld zichtbaar en concreet.

### Doen

- Ga naar buiten en pluk met elkaar een mooi veldboeket.
- Zet het boeket in een vaas maar geef de bloemen helemaal geen water.

### Bespreek

- De Bijbel vergelijkt de mens met een mooie bloem die bloeit. Lees Jesaja 40:6-8.
- Wat gebeurt er met een bloem die geplukt is? Of wat gebeurt er met gras dat gemaaid is?
- Wat betekent dit? Wat wil dit ons leren?

Houd de komende dagen je mooie veldboeket goed in de gaten. Denk dan aan de les die je hiervan kunt leren.



## Leg ieder vers aan het kinderhart

- Vers 1**
- Wanneer moet je vluchten? Wanneer is het nodig om te vluchten tot God?
  - Al voordat de wereld werd geschapen, was God er al. Wat leer je hiervan over de Heere?
  - Wat betekent eeuwig? Kun jij je dat voorstellen?

- Vers 2**
- Is er weleens iemand van wie je hield gestorven? Hoe voelde jij je toen?
  - Alle mensen moeten sterven. Wat heeft dit te maken met de zonde?
  - Waar mag iemand die in de Heere Jezus gelooft naar toe gaan als hij sterft?
  - Dit vers zegt iets bijzonders over de tijd. Weet jij wat?

- Vers 3**
- Hoe oud ben jij? En je vader/moeder? En je oma/opa?



## ZINGEN uit de Bron

- Worden alle mensen oud?
  - Je leest hier over Gods toorn, Zijn heilige woede. Mozes heeft deze psalm geschreven. Ken jij een geschiedenis uit de woestijntijd waar God heel toornig, boos, was? Wat gebeurde er toen?
- Vers 4**
- Tot hoever kun jij tellen? Wat lees je in dit vers over leren tellen?
  - Weet jij Wie Gods toorn gedragen heeft? Het gebeurde op Golgotha.
  - Mozes vraagt om Gods hulp. Op welke drie manieren vraagt hij dat (in regel 5 en 6)?
- Vers 5**
- Waarmee wil de dichter helemaal vol worden?
  - Wie kent jouw naam? Wat betekent dat? Wat betekent het om Gods naam te kennen?
  - Mozes vraagt of de Heere opnieuw Zijn daden en macht wil laten zien. Wat heeft Mozes eerder van Gods machtige daden gezien?
- Vers 6**
- Genade is iets krijgen wat je niet verdient (en iets niet krijgen wat je wel verdient). Wat verdienen wij eigenlijk, voor alle zonden? En wat wil de Heere ons - om Jezus' wil - geven?
  - Heb jij Gods hulp en zegen nodig? Wanneer en waarvoor?
  - Om welke vier dingen vraagt de dichter in de laatste twee regels van dit vers aan de Heere?



### Schatgraven met jongeren

- De titel bij deze psalm is 'Een ootmoedig gebed om Gods terugkeer'. Hoe zie je dit in deze psalm terug? In welke verzen lees je hierover?
- Zowel in vers 1 als in vers 6 lees je over verschillende generaties. Wat zegt de dichter hierover en wat leer jij ervan?
- De dichter belijdt dat de mens broos en klein, als stof, is. Ervaar jij dit in je leven? Welke oproep verbindt de dichter aan deze wetenschap?
- Denk jij weleens na over het moment van je sterven? Waarom wel/niet? Waarom zou dit nodig zijn?
- Vers 4 vraagt: Wie zal ons voor Uw sterke toorn behoeden? Welk antwoord kun je daar vanuit het Nieuwe Testament op geven?
- Tip: gebruik de laatste regels van vers 6 als gebed voordat je aan je studie/werkdag begint.



### Aan de slag met je kind

Knutsel een klok of een horloge.

- Maak van een grote cirkel stevig papier de wijzerplaat.
- Teken er de cijfers op en maak wijzers.
- Knutsel er met karton, papier of ander materiaal een kast (voor de klok) of band (voor het horloge) omheen.

- Schrijf er de tekst uit vers 4 op: Elk jaar ziet onze leeftijd langzaam stijgen - leer ons zo tellen dat we inzicht krijgen.
- Hang de klok / het horloge op zodat je steeds weer aan deze les herinnerd wordt.



## Vergelijk psalmvers met bijbeltekst

Als je op de website het psalmvers in KEP aanklikt, zie je gelijk welke bijbelverzen uit de onberijmde psalm achter deze berijming liggen. Zo kun je heel makkelijk deze bijbelverzen lezen en de bijbehorende berijming zingen.

### Tip

Lees en zing 6 dagen lang Psalm 90. Op dag 1 lees je Psalm 90:1-2 en zing je vers 1. En zo verder.



## Verrijking voor kinderen

**Bij deze psalm kun je de volgende filmpjes van ABC voor kinderen bekijken:**

- [Schepping](#) → vers 1 spreekt over God Die er al was voordat Hij de wereld schiep
- [Blijdschap](#) → de dichter vraagt om vervuld te worden met Gods vreugde
- [Liefde](#) → in vers 5 wordt gaat het over Gods liefde die ons verheugt
- [Genade](#) → vers 6 vraagt of Gods genade nooit zal wijken
- [Hemel, hel](#) → indringend spreekt deze psalm over het definitieve van de dood; daarna zal hemel of hel onze bestemming zijn



## Verrijking voor jongeren

**Bij deze psalm kun je de volgende filmpjes van ABC van het geloof voor jongeren bekijken:**

- [Schepping](#) → vers 1 spreekt over God Die er al was voordat Hij de wereld schiep
- [Toorn](#) → in vers 3 en 4 lees je over Gods toorn
- [Blijdschap](#) → de dichter vraagt om vervuld te worden met Gods vreugde
- [Liefde](#) → in vers 5 wordt gaat het over Gods liefde die ons verheugt
- [Genade](#) → vers 6 vraagt of Gods genade nooit zal wijken





**ZINGEN**  
uit de Bron

- 
- [Hemel](#), [hel](#) → indringend spreekt deze psalm over het definitieve van de dood; daarna zal hemel of hel onze bestemming zijn
-