

22 Nazajutrz lud, stojąc po drugiej stronie jeziora, spostrzegł, że poza jedną łodzią nie było tam żadnej innej oraz że Jezus nie wszedł do łodzi razem ze swymi uczniami, lecz że Jego uczniowie odpłynęli sami. 23 Tymczasem w pobliże tego miejsca, gdzie spożyto chleb po modlitwie dziękczynnej Pana, przy płynęły do Tyberiady inne łodzie. 24 A kiedy ludzie z tłumu zauważyli, że nie ma tam Jezusa, a także Jego uczniów, wsiedli do łodzi, przybyli do Kafarnaum i tam szukali Jezusa. 25 Gdy zaś odnaleźli Go na przeciwnym brzegu, rzekli do Niego: «Rabbi, kiedy tu przybyłeś?»

26 W odpowiedzi rzekł im Jezus: «Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Szukacie Mnie nie dlatego, żeście widzieli znaki, ale dlatego, żeście jedli chleb do sytości. 27 Troszczcie się nie o ten pokarm, który ginie, ale o ten, który trwa na wieki, a który da wam Syn Człowieczy; Jego to bowiem pieczęcią swą naznaczył Bóg Ojciec». 28 Oni zaś rzekli do Niego: «Cóż mamy czynić, abyśmy wykonywali dzieła Boże?» 29 Jezus odpowiadając rzekł do nich: «Na tym polega dzieło [zamierzone przez] Boga, abyście uwierzyli w Tego, którego On posłał». 30 Rzekli do Niego: «Jakiego więc dokonasz znaku, abyśmy go widzieli i Tobie uwierzyli? Cóż zdziałasz? 31 Ojcowie nasi jedli mannę na pustyni, jak napisano: Dał im do jedzenia chleb z nieba»³. 32 Rzekł do nich Jezus: «Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Nie Mojżesz dał wam chleb z nieba, ale dopiero Ojciec mój da wam prawdziwy chleb z nieba»⁴.

33 Albowiem chlebem Bożym jest Ten, który z nieba zstępuje i życie daje światu». 34 Rzekli więc do Niego: «Panie, dawaj nam zawsze tego chleba!» 35 Odpowiedział im Jezus: «Jam jest chleb życia. Kto do Mnie przychodzi, nie będzie łaknął; a kto we Mnie wierzy, nigdy pragnąć nie będzie»⁵. 36 Powiedziałem wam jednak: Widzieliście Mnie, a przecież nie wierzycie. 37 Wszystko, co Mi daje Ojciec, do Mnie przyjdzie, a tego, który do Mnie przychodzi, precz nie odrzucę, 38 ponieważ z nieba zstąpiłem nie po to, aby pełnić swoją wolę, ale wolę Tego, który Mnie posłał. 39 Jest wolą Tego, który Mnie posłał, abym ze wszystkiego, co Mi dał, niczego nie stracił, ale żebym to wskrzesił w dniu ostatecznym. 40 To bowiem jest wolą Ojca mego, aby każdy, kto widzi Syna i wierzy w Niego, miał życie wieczne. A ja go wskrzeszę w dniu ostatecznym».

41 Ale Żydzi szemrali przeciwko Niemu, dlatego że powiedział: «Jam jest chleb, który z nieba zstąpił». 42 I mówili: «Czyż to nie jest Jezus, syn Józefa, którego ojca i matkę my znamy? Jakżeż może On teraz mówić: "Z nieba zstąpiłem"». 43 Jezus rzekł im w odpowiedzi: «Nie szemrajcie między sobą! 44 Nikt nie może przyjść do Mnie, jeżeli go nie pociągnie Ojciec, który Mnie posłał; Ja zaś wskrzeszę go w dniu ostatecznym. 45 Napisane jest u Proroków: Oni wszyscy będą uczniami Boga»⁶. Każdy, kto od Ojca usłyszał i nauczył się, przyjdzie do Mnie. 46 Nie znaczy to, aby ktokolwiek widział Ojca; jedynie Ten, który jest od Boga, widział Ojca»⁷. 47 Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Kto wierzy, ma życie wieczne.

48 Jam jest chleb życia. 49⁸ Ojcowie wasi jedli mannę na pustyni i pomarli. 50 To jest chleb, który z nieba zstępuje: kto go spożywa, nie umrze. 51 Ja jestem chlebem żywym, który zstąpił

z nieba. Jeśli kto spożywa ten chleb, będzie żył na wieki. Chlebem, który Ja dam, jest moje ciało za życie świata». 52 Sprzeczały się więc między sobą Żydzi mówiąc: «Jak On może nam dać [swoje] ciało do spożycia?»

53 Rzekł do nich Jezus: «Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Jeżeli nie będziecie spożywali Ciała Syna Człowieczego i nie będziecie pili Krwi Jego, nie będziecie mieli życia w sobie. 54 Kto spożywa moje Ciało i pije moją Krew, ma życie wieczne, a Ja go wskrzeszę w dniu ostatecznym. 55 Ciało moje jest prawdziwym pokarmem, a Krew moja jest prawdziwym napojem. 56 Kto spożywa moje Ciało i Krew moją pije, trwa we Mnie, a Ja w nim. 57 Jak Mnie posłał żyjący Ojciec, a Ja żyję przez⁹ Ojca, tak i ten, kto Mnie spożywa, będzie żył przeze Mnie. 58 To jest chleb, który z nieba zstąpił - nie jest on taki jak ten, który jedli wasi przodkowie, a poumierali. Kto spożywa ten chleb, będzie żył na wieki». 59 To powiedział ucząc w synagodze w Kafarnaum.

60 A spośród Jego uczniów, którzy to usłyszeli, wielu mówiło: «Trudna jest ta mowa. Któż jej może słuchać?» 61 Jezus jednak świadom tego, że uczniowie Jego na to szemrali, rzekł do nich: «To was gorszy? 62 A gdy ujrzycie Syna Człowieczego, jak będzie wstępował tam, gdzie był przedtem? 63 Duch daje życie; ciało na nic się nie przyda¹⁰. Słowa, które Ja wam powiedziałem, są duchem i są życiem. 64 Lecz pośród was są tacy, którzy nie wierzą». Jezus bowiem na początku wiedział, którzy to są, co nie wierzą, i kto miał Go wydać. 65 Rzekł więc: «Oto dlaczego wam powiedziałem: Nikt nie może przyjść do Mnie, jeżeli mu to nie zostało dane przez Ojca». 66 Odtąd wielu uczniów Jego się wycofało i już z Nim nie chodziło. 67 Rzekł więc Jezus do Dwunastu: «Czyż i wy chcecie odejść?» 68 Odpowiedział Mu Szymon Piotr: «Panie, do kogóż pójdziemy? Ty masz słowa życia wiecznego. 69 A myśmy uwierzyli i poznali, że Ty jesteś Świętym Boga¹¹». 70 Na to rzekł do nich Jezus: «Czyż nie wybrałem was dwunastu? A jeden z was jest diabłem». 71 Mówił zaś o Judaszu, synu Szymona Iskarioty. Ten bowiem - jeden z Dwunastu - miał Go wydać.

J 6, 31 - Por. [Wj 16,4.13nn](#); [Ps 78\[77\],24](#).

J 6, 32 - Cud rozmnożenia chleba wywołał podniecenie umysłów ([J 6,14](#)), z czego korzysta Jezus i zapowiada ustanowienie Eucharystii - największego znaku, w którym On sam, jako prawdziwy Chleb z nieba, da ludziom swoje ciało na pokarm (w. 32-58).

J 6, 35 - Może aluzja do [Wj 3,14](#); por. [J 8,24](#). Chleb Boży prawdziwy ma spełnić podobną rolę, jak manna na pustyni w odniesieniu do Żydów. Rozmnożenie chleba jest typem Eucharystii.

J 6, 45 - [Iz 54,13](#); [Jr 31,33n](#).

J 6, 46 - Por. [J 1,18](#).

J 6, 49 - Eucharystia zapewnia wiernym życie Boże.

J 6, 57 - Inni: "dla Ojca", "dla Mnie".

J 6, 63 - Duch - ciało to w NT częste przeciwstawienie łaski i natury skażonej. Por. [Rz 8,1-14](#); [Ga 5,16-26](#). Eucharystia - to ciało Zmartwychwstałego, który stał się "duchem ożywiającym" ([1 Kor 15,45](#)).

J 6, 69 - Jest to tytuł Mesjasza (por. [Mk 1,24](#)).