Ježiš im povedal: *„Ja som chlieb   
života. Kto prichádza ku mne, nikdy nebude hladovať, a kto verí vo mňa, nikdy nebude žízniť.“*Jn 6, 30 – 35, Sk 7, 51 – 8, 1a; Ž 31   
Hovorí sa, že ťažko hovoriť hladnému o chlebe. Treba mu ho dať okúsiť. No je tu aj opačná skúsenosť – ten, kto má dostatok chleba, nepochopí tých, ktorí po ňom túžia. Tí, čo Ježiša hľadali, chceli z neho vyrobiť „továreň na chlieb“ (por. Jn 6, 26). Dostali „kosť“, po ktorej túžili, ale nikdy neokúsili chuť chleba života – Ježiša Krista. Hovorili s ním ako investori, a preto sa priamky ich priamych rečí nemohli preťať. Oni nezažili naozajstný pôst, túžbu po tomto chlebe. Nezažili, čo to znamená, keď im „ženícha vezmú“ (por. Mk 2, 20). Podobné nebezpečenstvo hrozí aj nám, čo sme si na ten Chlieb zvykli a kedykoľvek ho môžeme mať. Ale spýtajme sa tých, ktorí z rôznych dôvodov nemôžu okúsiť Chlieb života, a okúsime, čo je to naozajstná túžba. Jedni možno nevedia, aký veľký dar vlastnia, zatiaľ čo druhí po ňom bytostne túžia. A túžba sa spája s Ježišovým súcitom (por. Mk 8, 2). „Toho, kto prichádza ku mne, neodoženiem.“ (por. Jn 6, 37b) Niečo vidíme my, omnoho viac vidí Boh.

Ježiš povedal: *„Ja som chlieb života. Kto prichádza ku mne, nikdy nebude hladovať, a kto verí vo mňa, nikdy nebude žízniť.“*   
Jn 6, 30–35; Sk 7, 51–8, 1a; Ž 31   
Jedným z bodov, ktoré uvádza Anton Fabian v pojednaní o vzťahu, je aj chudoba alebo hlad. Po tom druhom. Ten, kto nepociťuje prázdnotu, keď nemá iného pri sebe, ešte akoby nedospel ku skutočnému vzťahu. „Bezpodmienečne milujúci sa sám mení na chlieb, ktorý ukojí všetok hlad našej nedostatočnej skúsenosti lásky,“ píše Anselm Grün. Ježiš chcel využiť túžbu tých, čo v jeho prítomnosti hľadali „rýchly“ chlieb, aby im ponúkol niečo viac – vzťah. Ak sa milujúci rozídu, alebo jeden z nich zomrie, nik ani nepomyslí na jedlo. Stratilo sa niečo viac – chlieb vzťahu. Ako sa Ježiš chce pre nás stať týmto chlebom, tak sa môžeme takýmto chlebom pre seba navzájom stávať aj my. Vtedy, ak svojou otvorenou náručou a srdcom poskytneme iným priestor, aby sa nasýtili, a oni tento priestor poskytnú nám. Potom dostane naša každodenná modlitba: „Chlieb náš každodenný daj nám dnes“ ďalší zmysel a môže sa stať prosbou za naplnenie našich túžob po naozajstných, fungujúcich vzťahoch.

Potom (Štefan) zvolal veľkým hlasom: „Pane, nezapočítaj im tento hriech.“ Sk 7,51–8,1a; Ž 31; Jn 6,30–35   
  
Problém ohovárania, osočovania či špinenia cti je vďaka schopnostiam ľudského jazyka horúcim v každej dobe. Dobré je, že si ho ľudia už uvedomujú. Napriek tomu väčšinou nevedia presne definovať, čo je a čo nie je ohováranie. Majú za to, že ohováraním je každé hovorenie o chybách iných ľudí. Tým pádom by bol náš jazyk odsúdený k večnému hriechu, ktorý načas pominie len v čase spánku. Na dôsledné analyzovanie skutočnosti človek potrebuje vidieť a často aj hovoriť o zlých veciach tých druhých. Ani Štefan sa netváril, že sa voči nemu nedeje zlo. Dôležitejší než fakt, či o ľudských škvrnách stratiť či nestratiť slovo, je spôsob a úmysel, s ktorým sa človek o nepríjemných veciach vyjadruje. Pri konštatovaní chýb druhého potrebujeme mať na zreteli, že aj my máme svoje chyby, že iného nechceme potopiť v lyžici vody, ale v prípade možnosti mu pomôcť. A napokon, aj napriek jeho chybám mu priať dobro. Vlastne Štefan vedený Ježišovým príkladom nám dáva návod.

Ježiš im povedal: „Ja som chlieb života. Kto prichádza ku mne, nikdy nebude hladovať." (Jn 6, 35)

Dve ženy v odtučňovacom programe sa medzi sebou rozprávajú o tom, kedy sa najviac prejedajú. Jedna hovorí: „Ja sa najviac prejedám, keď sa cítim v depresii, v nude a vo všetkých tých negatívnych a malomyseľných myšlienkach o sebe i o iných." Druhá na to: „Vieš, že u mňa je to presne to isté? Nedávno som sa nad tým začala zamýšľať. Rozmýšľam, či moje depresie, pocity nudy a malomyseľnosti nie sú dôsledkom môjho duchovného hladu, ktorý sa snažím zahnať fyzickým jedlom namiesto jedla duchovného.

Keď sa ja cítim v depresii a negatívnych pocitom po akom „jedle a nápoji" siaham ja? Nie je to nadbytočné jedlo, alkohol, nezdravé vzťahy alebo nejaké choré praktiky? Po čom by som namiesto toho mal siahať, aby mi to prospelo?

Oj, všetci smädní, poďte k vodám, a ktorí nemáte peňazí, poďte, kupujte a jedzte, poďte, kupujte bez peňazí, bezplatne víno a mlieko! Čo vážite striebro za to, čo nie je chlieb, a svoju robotu za to, čo nesýti? Počúvajte ma a budete jesť dobroty, v hojnosti sa bude kochať vaša duša. (Iz 55, 1-2)