ज़िंदगी की रोटी

zindagī kī roṭī

Bread of Life

by Bakhtullah

[Ao, Khud Dekh Lo 13]

(Urdu—Hindi script)

© 2023 www.chashmamedia.org
published and printed by
Good Word, New Delhi

The title cover is a collage of deeznutz1https://pixabay.com/vectors/tortilla-quesadilla-tacos-mexican-8147494/; Ridderhof https://pixabay.com/illustrations/background-grunge-vintage-paper-1774911/.

Bible quotations are from UGV.

for enquiries or to request more copies:
askandanswer786@gmail.com

फ़हरिस्त

ज़िंदगी की रोटी पाओ	2
मुझ पर ईमान लाओ	3
मैं ही ज़िंदगी की रोटी हूँ	5
नजात पक्की है	8
खाते-पीते रहो	9
पहले ईमान फिर पहचान	12
इंजील, यूहन्ना 6:22-70	13

ईसा मसीह मोजिज़ों का मालिक है। एक दिन उसने पाँच रोटियाँ और दो मछलियाँ लेकर उनसे 5000 मर्दों को बाल-बच्चों समेत खाना खिलाया। लोग हक्का-बक्का रह गए। तब वह एक दूसरे से कहने लगे, यह तो हमारा बादशाह होना चाहिए। अगर यह हमारे आगे आगे चले तो हम क्या कुछ नहीं कर पाएँगे।

लेकिन ईसा मसीह को सियासत से नफ़रत है। ऐसी बातें बुलंद होने लगीं तो उसने अपने क़रीबी शागिर्दों को एकदम कश्ती में बिठाकर झील के पार भेज दिया। ख़ुद वह अकेले किसी पहाड़ पर चढ़ गया। अंधेरा छा गया तो वह तूफ़ानी लहरों पर चलते हुए शागिर्दों के पास आया। तब वह मिलकर कफ़र्नहूम चले गए।

जो लोग पीछे रह गए थे वह अगले दिन जाग उठे। अपनी आँखों को मल मलकर वह उस्ताद को तलाश करने लगे तो कहीं न पाए। काफ़ी देर के बाद पता चला कि वह झील के पार कफ़र्नहूम शहर में है। तब वह भी रवाना हुए। कफ़र्नहूम पहुँचने पर उन्होंने पूछा, “उस्ताद, आप किस तरह यहाँ पहुँच गए?”

► **ईसा मसीह ने क्या जवाब दिया?**

पहली बात,

ज़िंदगी की रोटी पाओ

वह सीधे असल बात पर आ गया। फ़रमाया,

> तुम मुझे इसलिए नहीं ढूँड रहे कि इलाही निशान देखे हैं बल्कि इसलिए कि तुमने जी भरकर रोटी खाई है। (यूहन्ना 6:26)

► **वह क्या कहना चाहता था?**

तुम लोग सिर्फ़ दुनियावी सोच रखते हो। मैंने तुम सबको खाना खिलाया। लेकिन तुमने यह देखकर रूहानी नतीजा न निकाला। तुमने सिर्फ़ यह नतीजा निकाला कि इस बंदे को हमारा बादशाह बनना है, यही हमारी दुनियावी ज़रूरियात पूरी करे। लेकिन मेरे मोजिज़ों का मक़सद और है। वह इलाही निशान हैं।

► **निशान क्यों?**

यह ज़ाहिर करते हैं कि ईसा मसीह को इलाही इख़्तियार है। कि उसे आसमान की बादशाही लाने का इख़्तियार है। लेकिन यह बादशाही दुनियावी नहीं है। यह रूहानी है। यह लोगों के दिलों को तबदील करेगी। उन्हें अगली दुनिया के लिए तैयार करेगी। लोगों को इस रूहानी बादशाही में दाख़िल होने की कोशिश करनी चाहिए।

उसने फ़रमाया,

> ऐसी ख़ुराक के लिए जिद्दो-जहद न करो जो सड़-गल जाती है, बल्कि ऐसी के लिए जो अबदी ज़िंदगी तक क़ायम रहती है और जो इब्ने-आदम तुमको देगा। (यूहन्ना 6:27)

► **लोग उस रोटी के लिए जिद्दो-जहद क्यों न करें जो सड़-गल जाए?**
आम रोटी खाकर इनसान को अबदी ज़िंदगी नहीं मिलती।

► **तो फिर लोग किस रोटी के लिए जिद्दो-जहद करें?**
उस रोटी के लिए जो अबद तक क़ायम रहती है।

► **क्यों?**
उसे खाकर इनसान अबद तक ज़िंदा रहेगा।

लेकिन यह रोटी सिर्फ़ एक ही दे सकता है।

► **वह कौन?**
इब्ने-आदम।

► **इब्ने-आदम कौन है?**
इब्ने-आदम ईसा मसीह का दूसरा नाम है। दूसरी बात,

मुझ पर ईमान लाओ

अब लोग सोच-बिचार में पड़ गए। उस्ताद ठीक ही कह रहे हैं। लेकिन हम क्या करें ताकि ज़िंदगी की रोटी पाएँ? क्या काम करें जो ख़ुदा को पसंद आए और हमें यह रोटी मिल जाए?

► **किसी वक़्त हर इनसान के दिल में यह सवाल उभर आता है कि मैं क्या करूँ ताकि अबदी ज़िंदगी पाऊँ?**

इन लोगों ने भी यह सवाल पूछा, “हमें क्या करना चाहिए ताकि अल्लाह का मतलूबा काम करें?”

ईसा मसीह ने जवाब दिया,

> अल्लाह का काम यह है कि तुम उस पर ईमान लाओ जिसे उसने भेजा है। (यूहन्ना 6:29)

► **यह क्या काम है जो देखकर ख़ुदा हमें अबदी ज़िंदगी की रोटी देगा?**

ईसा मसीह पर ईमान।

► **क्या ग़लत काम छोड़ना काफ़ी नहीं? क्या नेक काम काफ़ी नहीं? क्या शरीअत पर अमल करना काफ़ी नहीं?**

कभी नहीं। ईसा मसीह फ़रमाता है कि उस पर ईमान लाओ जिसे ख़ुदा ने भेजा है। यानी मुझ पर। एक ही वसीला है जिससे ज़िंदगी की यह रोटी मिल जाए : ईसा मसीह पर ईमान। अबदी रोटी पाने के लिए न नेक काम काफ़ी हैं न शरीअत पर अमल। एक ही रास्ता है : ईसा मसीह पर ईमान।

► **ईसा मसीह क्यों फ़रमाता है कि मुझ पर ईमान लाओ?**

वह जानता है कि हमारे नेक काम कभी काफ़ी नहीं होंगे।

► **क्यों?**

हमारी फ़ितरत इतनी ख़राब है कि हमारे नेक काम हमें ख़ुदा के सामने मंज़ूर नहीं करा सकते। हमारी फ़ितरत एक गली-सड़ी मछली जैसी है।

► **क्या पकाने से यह खाने लायक़ हो जाएगी?**
कभी नहीं!

► **क्या हम इसे किसी और तरीक़े से खाने लायक़ बना सकते हैं?**
कभी नहीं। हमारी इनसानी फ़ितरत हमारी अपनी कोशिशों से बहाल नहीं हो सकती। इसी लिए अल-मसीह इस दुनिया में नाज़िल हुआ ताकि ख़ुद ही हमें बहाल करे। इसी लिए उस पर ईमान लाना ज़रूरी है। क्योंकि उस पर ईमान लाने से वह हमें यह अबदी ज़िंदगी दे सकता है। तीसरी बात,

मैं ही ज़िंदगी की रोटी हूँ

► **क्या लोग यह सुनकर उस पर ईमान लाए?**
नहीं। वह शक में पड़कर कहने लगे, "तो फिर आप क्या इलाही निशान दिखाएँगे जिसे देखकर हम आप पर ईमान लाएँ? आप क्या काम सरंजाम देंगे? हमारे बापदादा ने तो रेगिस्तान में मन खाया। चुनाँचे कलामे-मुक़द्दस में लिखा है कि मूसा ने उन्हें आसमान से रोटी खिलाई।"

► **वह ईसा मसीह से क्या माँग रहे थे?**
एक इलाही निशान।

► **इलाही निशान क्यों?**
वह कोई मोजिज़ा कर दिखाए जो साबित करे कि उसे इलाही इख़्ति-यार है।

► **क्या ईसा मसीह ने अभी अभी एक निशान नहीं दिखाया था?**
ज़रूर। उसने 5000 मर्दों को बाल-बच्चों समेत खाना खिलाया था।

► **तो फिर लोग क्यों इलाही निशान माँग रहे थे?**
यहाँ वह एक और बात माँग रहे थे। इसलिए उन्होंने कहा कि मूसा ने हमारे बापदादा को मन खिलाया। वह सीधे माँग रहे थे कि ईसा मसीह भी आसमान से मन बरसने दे।

► **मन का यह क्या मोजिज़ा था जो मूसा के ज़माने में हुआ था?**
जब इसराईली रेगिस्तान में सफ़र कर रहे थे तो ख़ुदा ने उन्हें मन खिलाया था।

► **मन क्या था?**
यह दाने थे जो आसमान से गिरते थे और जो धनिये की मानिंद सफ़ेद थे। खाने में वह शहद से बने केक की मानिंद था (तौरेत, ख़ुरूज 16:31)।

► **लोग ईसा मसीह से इस क़िस्म का मोजिज़ा माँग रहे थे। क्यों?**
यहूदी रिवायत के मुताबिक़ अल-मसीह की आमद पर मन आसमान से दुबारा गिरेगा। मतलब है, लोग चाहते थे कि ईसा मसीह मन बरसाकर साबित करे कि वह आनेवाला मसीह है।

ईसा मसीह ने जवाब दिया,

> ख़ुद मूसा ने तुमको आसमान से रोटी नहीं खिलाई बल्कि मेरे बाप ने। वही तुमको आसमान से हक़ीक़ी रोटी देता है। क्योंकि अल्लाह की रोटी वह शख़्स है जो आसमान पर से उतरकर दुनिया को ज़िंदगी बख़्शता है। (यूहन्ना 6:32-33)

► **क्या मूसा ने मन खिलाया था?**
नहीं, ख़ुदा बाप ने। यह पहली बात है। लेकिन अब ख़ुदा बाप एक और क़िस्म की रोटी देता है।

► **किस क़िस्म की रोटी?**
हक़ीक़ी रोटी।

► **मन और इस रोटी में क्या फ़रक़ है?**
मन गलनेवाली रोटी है जबकि यह रोटी एक शख़्स है। एक शख़्स जो अबदी ज़िंदगी बख़्शता है।

► **कौन-सा शख़्स?**
ईसा मसीह। वही अबदी ज़िंदगी की रोटी है। हक़ीक़ी मन का मोजिज़ा उसी में हो चुका है।

अब तक सुननेवालों को बात समझ न आई। उन्होंने कहा, "ख़ुदावंद, हमें यह रोटी हर वक़्त दिया करें।" तब ईसा मसीह ने साफ़ फ़रमाया,

> मैं ही ज़िंदगी की रोटी हूँ। जो मेरे पास आए उसे फिर कभी भूक नहीं लगेगी। और जो मुझ पर ईमान लाए उसे फिर कभी प्यास नहीं लगेगी। (यूहन्ना 6:35)

सिर्फ़ और सिर्फ़ ईसा मसीह ज़िंदगी की रोटी है। उसी से अबदी ज़िंदगी मिलती है। कोई और रोटी यह नहीं दिला सकती। यह हमें एक चौथी बात की तरफ़ ले जाती है,

नजात पक्की है

यह रोटी खाने से नजात यक़ीनी है, पक्की है।

► **क्या आपको यक़ीन है कि आप अदालत के दिन बचेंगे?**
कोई और रोटी हमें क़ियामत के दिन ज़िंदा नहीं करेगी। कोई और रोटी हमें अदालत के दिन महफ़ूज़ नहीं रखेगी। ईसा मसीह ने फ़रमाया,

> जितने भी बाप ने मुझे दिए हैं वह मेरे पास आएँगे और जो भी मेरे पास आएगा उसे मैं हरगिज़ निकाल न दूँगा। (यूहन्ना 6:37)

यहाँ ईसा मसीह के किरदार का एक ठोस पहलू नज़र आता है।

► **वह क्या?**
चरवाहे का किरदार। वह अच्छा चरवाहा है जो अपनी हर भेड़ की फ़िकर करता है। जिसको भी ख़ुदा बाप ने उसके सुपुर्द किया है

उसे वह हलाक नहीं होने देगा। कितनी तसल्ली की बात है। इसको और पक्का बनाकर उसने फ़रमाया,

> सिर्फ़ वह शख़्स मेरे पास आ सकता है जिसे बाप … मेरे पास खींच लाया है। (यूहन्ना 6:44)

हम अपनी ही कोशिशों से नजात नहीं पा सकते। ख़ुदा बाप ख़ुद हमें खींच लाता है। जब हम ईसा मसीह पर ईमान लाते हैं तो यही बात हमें दिलासा देती है। क्योंकि यह नजात हमारी कमज़ोर कोशिशों पर मबनी नहीं होती बल्कि ख़ुदा बाप के पक्के वादे पर। तब हमें पूरी तसल्ली है कि हम अदालत के दिन भी महफ़ूज़ रहेंगे। पाँचवीं बात,

खाते-पीते रहो

तब ईसा मसीह ने एक हैरतअंगेज़ बात फ़रमाई,

> मैं ही ज़िंदगी की वह रोटी हूँ जो आसमान से उतर आई है। जो इस रोटी से खाए वह अबद तक ज़िंदा रहेगा। और यह रोटी मेरा गोश्त है जो मैं दुनिया को ज़िंदगी मुहैया करने की ख़ातिर पेश करूँगा। (यूहन्ना 6:51)

मन खाने से इसराईलियों को अबदी ज़िंदगी न मिली।

► **क्या अबदी ज़िंदगी की यह रोटी भी इसी तरह है?**
नहीं। जो भी ज़िंदगी की यह नई रोटी खाए उसे अबदी ज़िंदगी हासिल है।

साथ साथ ईसा मसीह ने एक और बात फ़रमाई। यह कि यह रोटी मेरा गोश्त है।

► **क्यों?**

जब इसराईली रेगिस्तान में थे तो वह न सिर्फ़ रोटी बल्कि गोश्त के लिए भी तरस रहे थे (ख़ुरूज 16:3)। और ख़ुदा ने उनकी सुनी। उसी शाम बटेरों के ग़ोल आए जो पूरी ख़ैमागाह पर छा गए। तब इसराईलियों ने जी भरकर गोश्त खाया। अब ईसा मसीह फ़रमाता है कि मैं ज़िंदगी की रोटी भी हूँ और गोश्त भी। मन और गोश्त के मोजिज़े मुझमें हुए हैं।

लेकिन अब ईसा मसीह ने एक ज़्यादा चौंका देने वाली बात कही,

> मेरा गोश्त हक़ीक़ी ख़ुराक और मेरा ख़ून हक़ीक़ी पीने की चीज़ है। जो मेरा गोश्त खाता और मेरा ख़ून पीता है वह मुझमें क़ायम रहता है और मैं उसमें।
> (यूहन्ना 6:55-56)

► **ईस से वह क्या कहना चाहता था?**

गोश्त खाने और ख़ून पीने का ख़्याल तो घिनौना-सा लगता है।

► **हम किस तरह उसका गोश्त और ख़ून खा-पी सकते हैं?**

ईसा मसीह अपनी सलीबी मौत की तरफ़ इशारा कर रहा था। थोड़े दिनों के बाद उसे अपनी जान हमारी ख़ातिर देनी थी यानी उसे अपना गोश्त और ख़ून क़ुरबान करना था।

► **क्यों?**

उसे हमारे गुनाहों की सज़ा उठानी थी ताकि हमें नजात मिल जाए। और यह सज़ा सख़्त थी। सज़ाए-मौत थी।

► **लेकिन गोश्त खाने और ख़ून पीने पर इतना ज़ोर देने से वह क्या कहना चाहता था?**

यह बहुत ज़रूरी है कि हम हर लमहा उसकी इस क़ुरबानी से अबदी ज़िंदगी पाते रहें। लाज़िम है कि हम हर लमहा उसकी क़ुरबत में रहें, हर लमहा उससे लिपटे रहें, हर लमहा उसे तकते रहें, हर लमहा उसकी बातें जज़ब करते रहें। तब यह अबदी ज़िंदगी हमारी रगों में दौड़ती रहेगी। तब हम ईसा मसीह जैसे बनते जाएँगे। चाहे हमारी ज़िंदगी कितनी दुखी क्यों न हो हमारे अंदर उसका सुकून और उसकी तसल्ली रहेगी। तब उसका नूर हमारी ज़िंदगी में चमकती-दमकती रहेगी।

जब बल्ब में बिजली हो तो वह जलता है। बिजली बंद हो तो लाइट नहीं जलती। इसी तरह अगर हमारी ईसा मसीह के साथ रिफ़ाक़त आहिस्ता आहिस्ता बंद हो जाए तो हम इस भरपूर ज़िंदगी से महरूम रह जाएँगे। तब हमारी ज़िंदगी दुबारा गुनाह से भर जाएगी। तब हमारा दिल अंधेरा हो जाएगा।

एक आख़िरी बात,

पहले ईमान फिर पहचान

ईसा मसीह की यह बातें बहुत-से लोगों को ना-गवार लगीं।

► **क्यों?**

वह यह क़बूल करने के लिए तैयार नहीं थे कि ईसा मसीह ज़िंदगी की रोटी है। कि उस पर ईमान लाने से अबदी ज़िंदगी मिलती है। कि वह न सिर्फ़ आम क़िस्म का गुरू है बल्कि आसमान की हक़ीक़ी रोटी। वह रोटी जिससे इस दुनिया और अगली दुनिया में भरपूर ज़िंदगी मिल जाएगी।

अब बहुत-से लोगों ने ईसा मसीह को छोड़ दिया। तब उसने अपने क़रीबी शागिर्दों से पूछा कि क्या तुम भी मुझे छोड़ना चाहते हो?
शमाऊन पतरस ने जवाब दिया,

> ख़ुदावंद, हम किसके पास जाएँ? अबदी ज़िंदगी की बातें तो आप ही के पास हैं। और हमने ईमान लाकर जान लिया है कि आप अल्लाह के क़ुद्दूस हैं।
> (यूहन्ना 6:68-69)

पतरस और दूसरे क़रीबी शागिर्द उस्ताद की कई बातें समझ नहीं सकते थे। लेकिन बड़ी बात साफ़ थी : हमारे आक़ा के पास अबदी ज़िंदगी की बातें हैं। वही अल्लाह का क़ुद्दूस है।

► **हम किस तरह जान सकते हैं कि ईसा मसीह सचमुच अबदी ज़िंदगी की रोटी है?**

पतरस इसका जवाब देता है। यह जानने के लिए अक़्ल काफ़ी नहीं है। इसके लिए ईमान ज़रूरी है। पहले ईमान लाओ, तब ही जान लोगे। हम ख़ुदावंद का किरदार अपनी अक़्ल से मालूम नहीं कर सकते। पहले ईमान ज़रूरी है। तब ही हम जान लेंगे कि वह अल्लाह का क़ुद्दूस है। कि वह अबदी ज़िंदगी की हक़ीक़ी रोटी है।

► **ग़रज़, ज़िंदगी की रोटी के बारे में 6 सच्चाइयाँ अपनानी चाहिएँ :**

- ज़िंदगी की रोटी पाओ।
- मुझ पर ईमान लाओ।
- मैं ही ज़िंदगी की रोटी हूँ।
- नजात यक़ीनी है।
- खाते-पीते रहो।
- पहले ईमान फिर पहचान।

इंजील, यूहन्ना 6:22-70

हुजूम तो झील के पार रह गया था। अगले दिन लोगों को पता चला कि शागिर्द एक ही कश्ती लेकर चले गए हैं और कि उस वक़्त ईसा कश्ती में नहीं था। फिर कुछ कश्तियाँ तिबरियास से उस मक़ाम के क़रीब पहुँचीं जहाँ ईसा मसीह ने रोटी के लिए शुक्रगुज़ारी की दुआ करके उसे लोगों को खिलाया था। जब लोगों

ने देखा कि न ईसा और न उसके शागिर्द वहाँ हैं तो वह कश्तियों पर सवार होकर ईसा को ढूँडते ढूँडते कफ़र्नहूम पहुँचे।
जब उन्होंने उसे झील के पार पाया तो पूछा, "उस्ताद, आप किस तरह यहाँ पहुँच गए?"
ईसा ने जवाब दिया, "मैं तुमको सच बताता हूँ, तुम मुझे इसलिए नहीं ढूँड रहे कि इलाही निशान देखे हैं बल्कि इसलिए कि तुमने जी भरकर रोटी खाई है। ऐसी ख़ुराक के लिए जिद्दो-जहद न करो जो सड़-गल जाती है, बल्कि ऐसी के लिए जो अबदी ज़िंदगी तक क़ायम रहती है और जो इब्ने-आदम तुमको देगा, क्योंकि ख़ुदा बाप ने उस पर अपनी तसदीक़ की मोहर लगाई है।"
इस पर उन्होंने पूछा, "हमें क्या करना चाहिए ताकि अल्लाह का मतलूबा काम करें?"
ईसा ने जवाब दिया, "अल्लाह का काम यह है कि तुम उस पर ईमान लाओ जिसे उसने भेजा है।"
उन्होंने कहा, "तो फिर आप क्या इलाही निशान दिखाएँगे जिसे देखकर हम आप पर ईमान लाएँ? आप क्या काम सरंजाम देंगे? हमारे बापदादा ने तो रेगिस्तान में मन खाया। चुनाँचे कलामे-मुक़द्दस में लिखा है कि मूसा ने उन्हें आसमान से रोटी खिलाई।"
ईसा ने जवाब दिया, "मैं तुमको सच बताता हूँ कि ख़ुद मूसा ने तुमको आसमान से रोटी नहीं खिलाई बल्कि मेरे बाप ने। वही

तुमको आसमान से हक़ीक़ी रोटी देता है। क्योंकि अल्लाह की रोटी वह शख़्स है जो आसमान पर से उतरकर दुनिया को ज़िंदगी बख़्शता है।”

उन्होंने कहा, “ख़ुदावंद, हमें यह रोटी हर वक़्त दिया करें।”

जवाब में ईसा ने कहा, “मैं ही ज़िंदगी की रोटी हूँ। जो मेरे पास आए उसे फिर कभी भूक नहीं लगेगी। और जो मुझ पर ईमान लाए उसे फिर कभी प्यास नहीं लगेगी। लेकिन जिस तरह मैं तुमको बता चुका हूँ, तुमने मुझे देखा और फिर भी ईमान नहीं लाए। जितने भी बाप ने मुझे दिए हैं वह मेरे पास आएँगे और जो भी मेरे पास आएगा उसे मैं हरगिज़ निकाल न दूँगा। क्योंकि मैं अपनी मरज़ी पूरी करने के लिए आसमान से नहीं उतरा बल्कि उसकी जिसने मुझे भेजा है। और जिसने मुझे भेजा उसकी मरज़ी यह है कि जितने भी उसने मुझे दिए हैं उनमें से मैं एक को भी खो न दूँ बल्कि सबको क़ियामत के दिन मुरदों में से फिर ज़िंदा करूँ। क्योंकि मेरे बाप की मरज़ी यही है कि जो भी फ़रज़ंद को देखकर उस पर ईमान लाए उसे अबदी ज़िंदगी हासिल हो। ऐसे शख़्स को मैं क़ियामत के दिन मुरदों में से फिर ज़िंदा करूँगा।”

यह सुनकर यहूदी इसलिए बुड़बुड़ाने लगे कि उसने कहा था, “मैं ही वह रोटी हूँ जो आसमान पर से उतर आई है।” उन्होंने एतराज़ किया, “क्या यह ईसा बिन यूसुफ़ नहीं, जिसके बाप और माँ से

हम वाक़िफ़ हैं? वह क्योंकर कह सकता है कि 'मैं आसमान से उतरा हूँ'?"

ईसा ने जवाब में कहा, "आपस में मत बुड़बुड़ाओ। सिर्फ़ वह शख़्स मेरे पास आ सकता है जिसे बाप जिसने मुझे भेजा है मेरे पास खींच लाया है। ऐसे शख़्स को मैं क़ियामत के दिन मुरदों में से फिर ज़िंदा करूँगा। नबियों के सहीफ़ों में लिखा है, 'सब अल्लाह से तालीम पाएँगे।' जो भी अल्लाह की सुनकर उससे सीखता है वह मेरे पास आ जाता है। इसका मतलब यह नहीं कि किसी ने कभी बाप को देखा। सिर्फ़ एक ही ने बाप को देखा है, वही जो अल्लाह की तरफ़ से है। मैं तुमको सच बताता हूँ कि जो ईमान रखता है उसे अबदी ज़िंदगी हासिल है। ज़िंदगी की रोटी मैं हूँ। तुम्हारे बापदादा रेगिस्तान में मन खाते रहे, तो भी वह मर गए। लेकिन यहाँ आसमान से उतरनेवाली ऐसी रोटी है जिसे खाकर इनसान नहीं मरता। मैं ही ज़िंदगी की वह रोटी हूँ जो आसमान से उतर आई है। जो इस रोटी से खाए वह अबद तक ज़िंदा रहेगा। और यह रोटी मेरा गोश्त है जो मैं दुनिया को ज़िंदगी मुहैया करने की ख़ातिर पेश करूँगा।"

यहूदी बड़ी सरगरमी से एक दूसरे से बहस करने लगे, "यह आदमी हमें किस तरह अपना गोश्त खिला सकता है?"

ईसा ने उनसे कहा, “मैं तुमको सच बताता हूँ कि सिर्फ़ इब्ने-आदम का गोश्त खाने और उसका ख़ून पीने ही से तुममें ज़िंदगी होगी। जो मेरा गोश्त खाए और मेरा ख़ून पिए अबदी ज़िंदगी उसकी है और मैं उसे क़ियामत के दिन मुरदों में से फिर ज़िंदा करूँगा। क्योंकि मेरा गोश्त हक़ीक़ी ख़ुराक और मेरा ख़ून हक़ीक़ी पीने की चीज़ है। जो मेरा गोश्त खाता और मेरा ख़ून पीता है वह मुझमें क़ायम रहता है और मैं उसमें। मैं उस ज़िंदा बाप की वजह से ज़िंदा हूँ जिसने मुझे भेजा। इसी तरह जो मुझे खाता है वह मेरी ही वजह से ज़िंदा रहेगा। यही वह रोटी है जो आसमान से उतरी है। तुम्हारे बापदादा मन खाने के बावुजूद मर गए, लेकिन जो यह रोटी खाएगा वह अबद तक ज़िंदा रहेगा।”

ईसा ने यह बातें उस वक़्त कीं जब वह कफ़र्नहूम में यहूदी इबाद-तख़ाने में तालीम दे रहा था।

यह सुनकर उसके बहुत-से शागिर्दों ने कहा, “यह बातें ना-गवार हैं। कौन इन्हें सुन सकता है!”

ईसा को मालूम था कि मेरे शागिर्द मेरे बारे में बुड़बुड़ा रहे हैं, इस-लिए उसने कहा, “क्या तुमको इन बातों से ठेस लगी है? तो फिर तुम क्या सोचोगे जब इब्ने-आदम को ऊपर जाते देखोगे जहाँ वह पहले था? अल्लाह का रूह ही ज़िंदा करता है जबकि जिस्मानी ताक़त का कोई फ़ायदा नहीं होता। जो बातें मैंने तुमको बताई हैं

वह रूह और ज़िंदगी हैं। लेकिन तुममें से कुछ हैं जो ईमान नहीं रखते।" (ईसा तो शुरू से ही जानता था कि कौन कौन ईमान नहीं रखते और कौन मुझे दुश्मन के हवाले करेगा।) फिर उसने कहा, "इसलिए मैंने तुमको बताया कि सिर्फ़ वह शख़्स मेरे पास आ सकता है जिसे बाप की तरफ़ से यह तौफ़ीक़ मिले।"

उस वक़्त से उसके बहुत-से शागिर्द उलटे पाँव फिर गए और आइंदा को उसके साथ न चले। तब ईसा ने बारह शागिर्दों से पूछा, "क्या तुम भी चले जाना चाहते हो?"

शमाऊन पतरस ने जवाब दिया, "ख़ुदावंद, हम किसके पास जाएँ? अबदी ज़िंदगी की बातें तो आप ही के पास हैं। और हमने ईमान लाकर जान लिया है कि आप अल्लाह के क़ुद्दूस हैं।"

जवाब में ईसा ने कहा, "क्या मैंने तुम बारह को नहीं चुना? तो भी तुममें से एक शख़्स शैतान है।" (वह शमाऊन इस्करियोती के बेटे यहूदाह की तरफ़ इशारा कर रहा था जो बारह शागिर्दों में से एक था और जिसने बाद में उसे दुश्मन के हवाले कर दिया।)