

Il tema della liceità delle guarigioni di Shabbàt non è per nulla controverso come alcuni pensano erroneamente. Forniremo tutte le fonti per evitare queste approssimazioni deleterie per una retta comprensione dei Vangeli.

Ecco una **sintesi chiara e organizzata** dei casi in cui il termine **מוֹתֵר (mutar – "permesso")** viene utilizzato nel **Trattato Shabbat** in relazione alla **salute, alle cure mediche e al benessere fisico e mentale**, sulla base del file fornito.

Sintesi: "מוֹתֵר" (Permesso) in contesti di salute e terapia nel Trattato Shabbat

Il termine **מוֹתֵר** non si limita a questioni rituali astratte, ma è spesso applicato in contesti di **necessità umane**, specialmente quando è in gioco il **benessere fisico, psicologico o medico**. La Halakhà mostra una notevole flessibilità, soprattutto quando si tratta di alleviare sofferenze, prevenire malattie o garantire dignità alla persona.

1. Pikuach Nefesh – Salvaguardia della vita (**massima priorità**)

- **Riferimento:** *Shabbat 30a:1-2*
- **Caso:** è **מוֹתֵר** violare lo Shabbat per un malato in pericolo di vita (*choleh she'yesh bo sakana*).
- **Significato:** non solo è consentito, ma è **un obbligo positivo**. L'azione non è solo "lecita", ma **attivamente permessa**.
- **Fondamento:** " *וַחַי בְּהֶם וְלֹא שִׁמּוֹתוּ בְהֶם* " – "Vivrai con esse, non morirai per esse" (Vayikra 18:5).

Questo principio **sospende quasi tutti i divieti dello Shabbat**: accendere fuochi, guidare, usare il telefono, ecc.

2. Cure e trattamenti non letali (**Choleh she'ein bo sakana**)

Anche senza pericolo di vita, la Halakhà permette attenuazioni:

A. Uso di medicinali già pronti

- **Riferimento:** *Shabbat 143b, 42b*
- **Caso:** se un medicinale è già preparato prima dello Shabbat, è **מוֹתֵר** prenderlo.
- **Vincolo:** non è permesso **preparare una nuova medicina** durante lo Shabbat (potrebbe rientrare in un lavoro proibito, come *borer* o *tochein*).

B. Applicazione di unguenti e massaggi

- **Riferimento:** *Shabbat 66b:13, 50b*
- **Caso:** è **מוֹתֵר** ungere con olio o massaggiare (*מוֹתֵר לְחַנֵּק*, *מוֹתֵר לְסוּף שְׁמֵן*) per **dolore o benessere**, purché non sia un atto terapeutico diretto (che potrebbe rientrare in *refuah*-cura).

- **Eccezione:** se serve a **fermare un'emorragia** , è **מוותר** anche un intervento diretto come **strozzare (pressione sul sangue)**.

3. Terapie indirette e azioni non intenzionali (Grama / Davar she'ein mitkaven)

La Halakhà permette soluzioni creative per rispettare lo Shabbat e curare:

- **Principio:** *Davar she'ein mitkaven* – "Azione non intenzionale" → **מוותר** (Shabbat 46b, 133a)
 - **Esempio: camminare su erba che si schiaccia**¹ → permesso se non è l'intento principale.
- **Grama** (causa indiretta): chiedere a un non ebreo di compiere un atto proibito per un malato.
 - Esempio: un non ebreo può portare medicine o accendere una luce per un malato.

4. Strumenti medici e oggetti per la salute

Molti oggetti considerati *muktzah* (non toccabili) sono permessi se usati per la salute:

- **Riferimento:** *Shabbat 53a:7, 97a, 52b*
 - **Mardait** (strumento medico) → **מוותר** usato per un animale malato (Rabbi Oshaya).
 - **Ago** (forato o non forato) → **מוותר** se usato per sutura o necessità medica.
 - **Oggetti per evacuare** (klei kivaei) → **רמות** per uso intestinale (salute fisica).

Principio: *L'tzorech gufo* – "Per uso personale" → **mutar** spostare oggetti anche se normalmente proibiti.

5. Igiene e benessere del corpo

La dignità umana (*kavòd habriyòt*) prevale su molte restrizioni:

- **Riferimento:** *Shabbat 81a-b, 123a*
 - **Portare 3 pietre lisce per igiene nel bagno** → **מוותר** se hanno un segno distintivo (*ad*).
 - **Pulirsi con una pietra con erbe attaccate** → **מוותר** , purché non si strappi l'erba.
 - **Dentiera o dente d'oro** → **מוותר** portarli come estensione del corpo (Shabbat 6:5).

6. Salute mentale e benessere emotivo (Mishkal nefeshi / Tza'ar)

La sofferenza psicologica è trattata come una forma di malattia:

- **Riferimento:** *Shabbat 115a, 146a*
 - **Spremere noci o melograni dopo Minchà** → **מוותר** per evitare *agmat nefesh* (afflizione del cuore).
 - **Pensare a conti o affari** → **מוותר** se è per una mitzvah (es. tzedakah per un malato).
 - **Parlare al telefono o usare dispositivi** → oggi, in casi di ansia grave o depressione, molti poskim permettono l'uso indiretto.

Il principio è: **"Tza'ar" (dolore emotivo) può giustificare atti minimi proibiti .**

¹ Altro dato importante per Gesù e i suoi che camminano nel campo 'prima' che alcuni di loro spigolassero e svelassero le spighe in modo halachicamente permesso.

7. Casi speciali di identità e condizioni mediche complesse

- **Androgino** (persona con caratteristiche di entrambi i sessi): *Shabbat 19:3, 134b*
 - **Rabbi Yehudà** permette di **violare lo Shabbat** per incertezze mediche o di identità → **מותר** per rispetto della persona e della salute.
- **Post-parto**: *Shabbat 65a*
 - **Costruire una "casa per la mano"** (struttura temporanea) → **מותר** per evitare dolore alla donna dopo il parto.

8. Terapia termica e alimentazione terapeutica

- **Riferimento**: *Shabbat 41b, 51a, 3:3*
 - **Scambiare acqua calda e fredda** (Beit Hillel) → **מותר** per impacchi termici.
 - **Isolare cibi caldi o freddi** (hatmanah) → **מותר** se non aumenta il calore.
 - **Spremere succo da frutti solidi** → **מותר** se il cibo era destinato a essere mangiato (*le'ochalin*).

9. Mobilità e trasporto per motivi di salute

- **Riferimento**: *Shabbat 112a, 133a, 60b*
 - **Usare un cavallo** (Ben Batera) → **מותר** se non è considerato lavoro.
 - **Sandali con chiodi** → **מותר** se necessari per camminare senza dolore.
 - **Trasportare un malato** → **מותר** in contesti di eruv o con mezzi indiretti.

Conclusione: principi fondamentali alla base dei "mutar" legati alla salute

1. " **וְחַי בְּהֵם וְלֹא שִׁימוּתוֹ בְּהֵם** " → La vita e la salute hanno priorità.
2. " **כְּבוֹד הַבְּרִיּוֹת** " → La dignità umana supera molte restrizioni rabbiniche.
3. " **לֹא תַעֲמוּד עַל דַּם רֵעֶךָ** " → **Non restare indifferenti davanti al dolore altrui.**
4. **Flessibilità halakhica** : Uso di *grama* , *shvut* , *non-ebrei* , *davar she'ein mitkaven* per risolvere situazioni mediche.

In sintesi:

il termine "מותר" nel contesto della salute non è solo una deroga, ma un'espressione di responsabilità sacra verso la vita, il dolore, la dignità e il benessere della persona. La Halakhà non è rigore sterile, ma equilibrio tra santità dello Shabbat e valore della persona.

Ecco come ci esprimiamo

1. Per un permesso (Ciò che è "lecito"): Usiamo il termine **מותר** (Mutàr). Significa "sciolto", "liberato", "permesso". Indica che un'azione non è vietata dalla Legge. Esempio: "È **מותר** (Mutàr) mangiare il frutto di un albero dopo il quarto anno." (Dopo aver portato le offerte prescritte).
2. Per un obbligo (ciò che "si deve fare"): qui abbiamo due termini principali, a seconda della natura dell'obbligo:

חייב (chiyuv): indica un obbligo vero e proprio, un vincolo. È un termine che deriva da "colpevole" se non si adempie. Si usa per i precetti positivi (Mitzvot Aseh). Esempio: "c'è un חייב (chiyuv) di onorare il padre e la madre."

חובה (chova): simile a chiyuv, ma spesso con una sfumatura di dovere ineludibile, di necessità. Esempio: "è חובה (chòva) ascoltare le parole dei Saggi." Per dire "si deve fare", spesso usiamo la forma "חייבים לעשות... (Chayavim la'asot...)" che significa "siamo obbligati a fare...".

3. Per un divieto (ciò che "non si deve fare"): anche qui abbiamo diverse parole, a seconda della gravità del divieto: אסור (Assur): è il termine più comune per "vietato", "proibito". È l'opposto diretto di Mutàr. Esempio: "è אסור (Assur) cucinare carne con latte." (basato sull'interpretazione di "Non cuocerai un capretto nel latte di sua madre"). פסק (Psq): questo è il verbo per "decretare", "emettere una sentenza". Un Posek (decisore) emette un פסק הלכה (P'sak Halakha)-una decisione halakhica che stabilisce se una cosa è Mutàr o Assurin una situazione specifica.

L'Alternativa per dire "si deve fare una mitzvah": non diciamo semplicemente "si deve".

Il nostro linguaggio è più attivo e comunitario. Diciamo: "יש מצווה לעשות..." (Yesh Mitzvah la'asot...) = "C'è un comandamento di fare..." (Enfatizza l'esistenza positiva del precetto).

"אנחנו מצווים לעשות..." (Anàchnu metzuvim la'asòt...) = "Noi siamo comandati di fare..." (enfatizza il nostro stato di riceventi dell'ordine divino). Questa è forse l'espressione più potente e precisa che cerchi.

Non ci limitiamo a un "è permesso" legale. Il nostro è un linguaggio di obbligo sacro (Chiyuv), di libertà dentro la legge (Mutàr), e di confini inviolabili (Assur).

La domanda non è solo "È lecito?" **ma** "Qual è la volontà del Cielo in questa materia?". La risposta la cerchiamo nella Scrittura, nella Tradizione dei nostri Padri e nel dibattito ragionato della Bet Din (Corte rabbinica).

NELLA MISHNÀ

Casistica del "מותר" nella **mishnà di shabbat**

Sabato 7:2	Mishnà (anonima)	Sciogliere un nodo (<i>matir</i>)	Fa parte delle 39 categorie di lavoro (<i>melakhòt</i>) solo se è un nodo permanente; qui si parla di scioglimento come atto autonomo	È menzionato insieme a cucire, strappare, cacciare, scuoiare, ecc.
Sabato 2:4	Rabbi Yehudà	Unire due parti di un vaso	Se uniti fin dall'inizio dal vasaio, formano un unico utensile (<i>keli echad</i>)	Differenza tra riparazione e oggetto originariamente unico
Shabbat 18:1	Rabban Shimon ben Gamliel	Mangiare <i>bluffare</i> (una pianta)	Perché è cibo per corvi, quindi non considerato <i>muktzeh</i>	Permette il consumo di cose non tipicamente umane se comuni per animali
Shabbat 22:1	Rabbi Yehudà	Il liquido uscito da cibi solidi	Se il cibo era destinato a essere mangiato (<i>le-ochalin</i>), il succo è permesso	Distinzione tra cibo e bevanda: se era per bere, il succo è proibito
	Rabbi Eliezer	Consente il succo fuoriuscire spontaneamente da <i>challot devash</i>	Anche se altri proibiscono	Opinione più permissiva
Sabato 19:3	Rabbi Yehudà	Violare lo Shabbat per un <i>androgino</i> (persona con caratteristiche di entrambi i sessi)	A differenza della maggioranza, che esita per incertezza halakhica	Rabbi Yehudà è più propenso a permettere azioni per dubbi di identità medica/gender
Sabato 6:5	Rabbi (Akiva?)	Portare una dentiera o dente d'oro nello Shabbat	Perché considerato "abbigliamento" o estensione del corpo	Contrasto con i Saggi, che lo vedono come <i>muktzeh</i>
Shabbat 4:1	Rabbi Yehudà	Permette la <i>gassah</i> (pulizia grossolana) ma proibisce la <i>dakah</i> (Bene)	La pulizia fine è considerata lavoro proibito (forse setacciare)	Differenza di intensità nell'atto di pulizia
Shabbat 24:1	Mishnà (anonima)	Sciogliere i legami (<i>matir et hachavalim</i>)	Quando si recupera oggetti in un cortile	I sacchi cadono da soli — non azione diretta
Sabato 4:2	Mishnà (anonima)	Coprire nuovamente un forno che si è scoperto	Perché non è "preparazione" ma ripristino dello stato	Non è cottura né accensione, ma protezione
Sabato 3:3	Rabbi Yosei	Permette di isolare (<i>hatmanah</i>) cibi caldi in Shabbat	A condizione che non sia fatto con materiali che aumentano il calore	Contrasto con chi proibisce per paura di riscaldare

Sabato 3:6	Mishnà (anonima)	Usare un oggetto preparato prima di Shabbat	Se messo "mib'od yom" (prima dello Shabbat)	L'uso è permesso, ma non è "pronto" per tutti gli usi (<i>ein ne'otin mimenu</i>)
Sabato 15:2	Rabbi Yehudà	Sciogliere nodi non permanenti	Perché non sono considerato un lavoro proibito (<i>koveir</i>)	Criterio: "non è per durata" → non è <i>melakhà</i>
Sabato 24:2	Rabbi Yehudà	Mangiare carobi macinati finemente (<i>Ladakah</i>)	Altri potrebbero proibire per paura di macinare in Shabbat	Permette il consumo di cose polverizzate se già pronte
Sabato 20:5	Rabbi Yehudà	Permette di dichiarare "lecito" un intero mucchio di legna	Se parte era già permessa da prima	Principio di <i>hatarat kol</i> – autorizzazione globale
Sabato 14:2	Mishnà (anonima)	Acqua salata è permessa	Se olio è aggiunto all'acqua o al sale prima di Shabbat	Evita il problema di "mescolare" in modo proibito

Analisi trasversale del "מותר" nella Mishnà

Il termine "מותר" appare in contesti diversi, ma possiamo classificarli nelle **categorie principali**:

Nodi e scioglimento (<i>matir</i>)	Shabbat 7:2, 15:2, 24:1	Solo i nodi permanenti sono proibiti; sciogliere è permesso se non fa parte di un lavoro costruttivo
alimentare	3:3, 3:6, 14:2, 18:1, 22:1, 24:2	Ciò che è preparato prima è permesso; distinzione tra uso diretto e trasformazione
Oggetti e trasporto	2:4, 6:5, 24:1	Dipende se è un oggetto unico, o considerato "indossato" o "utile"
Identità e corpo umano	6:5, 19:3	Dentiere, androgino → il corpo e le sue estensioni sono trattati con flessibilità
Autorizzazione rituale	20:5	Un atto formale può rendere "Mutàr" un intero gruppo di oggetti
Opinioni permissivi (Rabbi Yehudà)	Ripetutamente	Rabbi Yehudà appare come figura permissiva in molti casi pratici

Non solo *pikuach nefesh* permette di violare lo Shabbat. Anche malattie non in pericolo di vita, dolore intenso, sofferenza psicologica, e bisogni medici urgenti possono permettere attenuazioni o violazioni parziali dello Shabbat — ma con modalità diverse rispetto al caso di vita o morte.

Spiegazione approfondita

1. Pikuach Nefesh (pericolo di vita)

Priorità assoluta: ogni violazione di Shabbat è **obbligatoria** .

Fonte: "וְחַי בְּהֵם וְלֹא שִׁמּוֹתוֹ בְּהֵם" (Vivrai con essi, non morirai per essi – Yoma 85b).

Esempio: portare un malato in ospedale, accendere luci, usare telefono.

2. Choleh she'ein bo sakana (malato non in pericolo)

Non è in pericolo di vita, ma soffre.

Non si viola lo Shabbat direttamente, ma si possono:

Chiedere a un **non ebreo** di fare azioni proibite (Shabbat 129a).

Agire in modo indiretto (grama).

Utilizzare metodi **ridotti** (*shvut*, restrizioni rabbiniche rilassate).

Esempio: un diabetico che non corre pericolo può prendere medicine se sono già pronte, ma non si prepara una medicina nuova.

3. Tza'ar (dolore o sofferenza fisica)

Il dolore intenso è considerato una **forma di necessità**.

Si permette atti proibiti se:

riducono il dolore in modo diretto,

non comportano lavoro biblico evidente.

Esempio: massaggiare con unguento se non è *molid* (creazione di sostanza nuova).

4. Malattia mentale o psicologica

La halakhà riconosce che **la sofferenza psichica** può essere trattata come *cholèh*.

Oggi ad es., in casi di depressione, ansia grave, disturbo da stress post-traumatico, si possono permettere:

parole al telefono,

uso di dispositivi,

terapie, anche in Shabbat, **in base al principio di salute mentale come necessità**.

5. Medicina non disponibile

Se una persona **ha bisogno di una medicina** che non ha, e non è in pericolo:

non si può violare lo Shabbat per andarla a prendere.

Ma **se qualcuno la ha già**, può darla (se non comporta trasporto in pubblico).

In casi gravi, si applica il concetto di "sakana ne'elamet" (pericolo nascosto): anche se non evidente, potrebbe degenerare.

Esempio concreto:

una persona con **emicrania grave** (non letale) ha bisogno di un analgesico.

Non si può accendere un fuoco o cucinare per prepararlo.

Può prendere una pillola già pronta (se non è *muktzeh*).

Un non ebreo può portarla da fuori.

In casi estremi, un rabbino potrebbe permettere un atto minore **(es. aprire un blister) con grama**.

Conclusione

Non è solo pikuach nefesh a permettere azioni in Shabbat.

Anche:

dolore fisico intenso,
malattia cronica,
bisogni psicologici gravi,
urgenze mediche non letali possono giustificare **attenuazioni, uso di non-ebrei, o azioni indirette**, in base alla flessibilità halakhica sviluppata nel Talmud e nei decisori successivi (Rishonim, Acharonim, poskim contemporanei).

La halakhà non è solo rigore, ma **equilibrio tra santità dello Shabbat e dignità umana** (*kavod habriyòt*).

Pikuach Nefesh	Salvaguardia della vita: annulla quasi tutti i divieti
Choleh she'ein bo sakana	Malato
Tzi'ar (dolore)	Il dolore intenso è considerato una forma di necessità. Si consente atti minimi.
Mishkal nefeshi	Saluto
Aku'm (non ebreo)	Può compiere lavori proibiti per un ebreo in caso di bisogno.
Nonna	Azione indir
Shvut	Restrizioni rabbiniche: possono essere rilassate per sofferenza.

Pikuach Nefesh: un diabetico ha un calo glicemico → **SI** usa il telefono, si prepara zucchero, si guida.

Tzi'ar: emicrania invalidante → **SI** si apre una pillola già pronta, **NO** si prepara un infuso.

Mishkal nefeshi: crisi d'ansia → **SI** si parla con un amico anche attraverso strumenti

Principi fondamentali alla base della mappa

"וחי בהם ולא שימותו בהם"

(Vivrai con le Mitzvot, non morirai per esse – Torà, Vayikra 18:5) → fondamento di *pikuach nefesh*.

"לא תעמוד על דם רעך" (Non stare fermo sul sangue

"כבוד הבריות"

(Dignità umana) → supera molte restrizioni rabbiniche (Yoma 84b).

ipotesi 1

Il "מותר" in Shabbat non dipende solo dalla vita o morte, ma da una gerarchia di bisogni umani:

Vita → salute fisica → dolore → salute mentale → dignità.

La Halakhà è **dinamica** e permette soluzioni creative (non ebreo, grama, shvut) per mantenere sia la santità dello Shabbat che il valore della persona.

Il termine **מותר** (Mutàr) nella letteratura talmudica, e in particolare nel Trattato Shabbat, significa fondamentalmente **permesso, lecito, consentito** dalla legge ebraica (Halakhah) in opposizione a **אסור** (assur), proibito.

Il concetto di "**permesso**" si applica a una vasta gamma di azioni, dalle più semplici e quotidiane a quelle più complesse legate alle regole del Sabato. La domanda specifica su quando מותר si riferisce a cure o terapie per malati è di centrale importanza, poiché le rigide proibizioni del Sabato vengono sospese in casi di pericolo di vita o di grave malattia.

Ecco una tabella che categorizza e schematizza i casi di מותר trovati nelle fonti fornite, con enfasi speciale sulle situazioni mediche.

Schema concettuale di "**מותר**" (Permesso) nel trattato di Shabbat

Categoria di permesso	Concetto generale	Esempi	Spiegazione e contesto
Cure e terapie mediche	È permesso violare il Sabato per salvare una vita (Pikuach Nefesh) o alleviare le sofferenze di un malato. Questo principio sovrastaregola dovrebbe essere quasi tutte le altre regole.	Shabbat 30a:1-2: Discussione su un malato per il quale è permesso (מותר) violare lo Shabbat. Il testo conclude che per un malato in pericolo di vita, la regola dovrebbe essere pressamente מותר.	Questo è l'esempio più diretto e importante che hai chiesto. Il Talmud sta stabilendo il principio fondamentale che per un choleh sheyesh bo sakanah (malato in pericolo di vita), tutte le proibizioni dello Shabbat sono sospese e l'azione non è solo "esente" (פטור) ma permessa (מותר).
Cure e terapie mediche	Permesso di applicare medicazioni o rimedi per scopi terapeutici, anche se l'azione assomiglia a un	Shabbat 108b:10-11: Vino sull'occhio (sulla palpebra) è permesso (מותר), a differenza del vino versato nell'occhio (che sarebbe come medicare e quindi proibito,	Distingue tra un'azione che è puramente terapeutica (proibita per lievi malesseri) e un'azione che può essere fatta per conforto o pulizia, e quindi permessa. La linea

Categoria di permesso	Concetto generale	Esempi	Spiegazione e contesto
	"lavoro" proibito.	a meno che non ci sia un reale bisogno medico).	è sottile e dipende dall'intenzione e dal metodo.
Cure e terapie mediche	Permesso di utilizzare oggetti per alleviare un dolore o un disagio minore.	Shabbat 81a:6-7: È permesso (מותר) portare con sé nel bagno fino a tre pietre lisce (usate per l'igiene) se hanno un segno riconoscibile (עד) che ne dimostra l'uso consentito, per non sembrare che le si stia trasportando.	Mostra come anche per azioni di conforto fisico, la Halakhah trovi un modo per renderle lecite rispettando il più possibile lo spirito dello Shabbat.
Cibo e cucina	Permesso di tenere del cibo sul fuoco o di maneggiarlo prima dello Shabbat in modo che rimanga caldo o commestibile durante il Sabato.	Shabbat 36b:4; 20a:2: Cibo cotto che è come la porzione di Ben Drusai (una piccola quantità) è permesso (מותר) lasciarlo sulla stufa, anche se non è stata spianata la brace (gufa) o rimossa la cenere (ktuma).	Si preoccupa di evitare che si violi il divieto di cuocere durante lo Shabbat. Il cibo già cotto può rimanere sul calore residuo se la quantità è piccola e il rischio di ravvivare il fuoco è nullo.
Cibo e cucina	Permesso di mescolare liquidi caldi e freddi o di preparare cibi in modi specifici.	Shabbat 42a:4: Secondo Beit Hillel, è permesso (מותר) versare acqua calda in fredda o viceversa.	La discussione verte su cosa costituisca l'atto proibito di "cuocere" (bishul). Mescolare liquidi già cotti non è considerato cottura.
Gestione oggetti	Permesso di spostare oggetti che altrimenti	Shabbat 44a:4; 46b:2: Se la lampada si è spenta	Un oggetto che ha un uso vietato durante lo Shabbat

Categoria di permesso	Concetto generale	Esempi	Spiegazione e contesto
(Muktzah)²	non potrebbero essere toccati durante lo Shabbat (divieto di Muktzah).	è permesso (מותר) spostarla (טלטול). Rabbi Shimon è più permissivo e permette di spostare anche l'olio in eccesso.	(es. una lampada a olio accesa) diventa "non-muktzah" e può essere spostato una volta che quel uso è cessato (si è spenta).
Gestione oggetti (Muktzah)	Permesso di spostare oggetti il cui scopo primario è proibito, ma che possono essere usati per uno scopo permesso.	Shabbat 123a:1; 141b:12: Un oggetto la cui funzione primaria è per un lavoro proibito (מלאכתו) può essere spostato per un uso personale diretto (לצורך גופו) o per lo spazio che occupa (לצורך מקומו). È permesso (מותר).	Principio fondamentale che mitiga il divieto di Muktzah. Se ho bisogno di sedermi e un martello è sulla sedia, posso spostare il martello per liberare lo spazio.
Attività commerciali e lavorative	È permesso compiere azioni prima dello Shabbat che potrebbero avere un beneficio durante il Sabato, purché non violino direttamente le regole.	Shabbat 19a:4: È permesso (מות) noleggiare oggetti a un non-ebreo o inviare lettere con un non-ebreo di giovedì o venerdì (ma non di venerdì stesso, Erev Shabbat).	Si preoccupa di evitare che un ebreo tragga diretto bene

² Muktzeh=oggetti "messo da parte" che non si possono usare o toccare nello Shabbat, per proteggere il riposo e la santità del giorno. Non è una regola arbitraria, ma una barriera di protezione) per vivere lo Shabbat in modo più puro e spirituale.

Tabella completa di "מותר" in TB Shabbat

Riferimento preciso	Testo originale rilevante	Traduzione e analisi precisa del contesto
Shabbat 21b:1	אין זקוק לה, ומותר להשתמש לאורה	"[Per la candela di Hanukkah] non si è obbligati (a riaccenderla), ed è permesso servirsi della sua luce" (per leggere, ecc., a differenza del divieto di usare la luce delle candele del Tempio).
Shabbat 21a:12	קסבר: כביתה זקוק לה, ומותר להשתמש לאורה	"Lui (Rabbi Yehudah) sostiene: Se si è spenta, si è obbligati ad occuparsene (riaccenderla per il precetto), ed è permesso servirsi della sua luce." Disaccordo sulla <i>obbligatorietà</i> , ma consenso sulla <i>possibilità</i> dell'uso.
Shabbat 127a:3	התחיל בה מערב שבת — מותר להסתפק ממנה	"Se ha iniziato (a trebbiare il raccolto) prima dello Shabbat, è permesso attingere ad essa (per i propri bisogni durante lo Shabbat)." Principio: un'azione iniziata prima di Shabbat può essere completata indirettamente.
Shabbat 54b:17	לשמר — מותר	"[Mettere un rimedio su una ferita] per <i>proteggere</i> (la salute) — è permesso ." Distinzione cruciale tra cura attiva (proibita) e prevenzione/protezione (permessa per mali non pericolosi).
Shabbat 153a:11	מתיר הקבלים, והשקין נופלין	"È permesso sciogliere i legami, e i sacchi cadono (da soli)." Azione indiretta: sciogliere è permesso, far cadere i sacchi (lavoro di trasporto) è un effetto collaterale non intenzionale.
Shabbat 19:8	אפילו בערב שבת מותר	"È permesso persino alla vigilia dello Shabbat" (intraprendere un viaggio da Tzor a Tzion che si prolungherà nello Shabbat, per affari di mitzvah).
Shabbat 74a:2	וכי מותר לאפות לבו ביום?	"Ma è forse permesso cuocere [il pane] per sé [la notte] di Yom Kippur?" Domanda retorica. La risposta è ovviamente <i>no</i> , ma il termine <i>mutar</i> è usato per inquadrare la proibizione.
Shabbat 113b:1	הרהור — מותר... אם יכול להניח את רגלו ראשונה קודם שתעקר שניה מותר	"Pensare (a affari) — è permesso ... Se può appoggiare il [piede anteriore] prima che quello posteriore si sollevi — è permesso (attraversare un ruscello senza nuotare, che è proibito)."
Shabbat 73a:7	המתיר	"Colui che scioglie [un nodo]" (è uno dei 39 lavori proibiti. Qui è elencato come categoria, non come permesso).
Shabbat 74b:8	מתיר מאי איכא למימר?	"Cosa si può dire riguardo a <i>sciogliere</i> ?" Discussione tecnica sull'origine biblica del divieto di sciogliere nodi.
Shabbat 40b:7	אין יד סולדת בו — מותר	"Se la mano non si ritira [per il calore] da esso (l'olio bollente) — è permesso (toglierlo dal fuoco)." Si basa sul principio che non si sta cuocendo ma solo trasportando.
Shabbat 49b:3	מותר לטלטלן	"È permesso spostarle (le pelli, anche non conciate, poiché hanno un uso potenziale)." Discussione sulle regole del <i>Muktzah</i> .
Shabbat 30a:1-2	בחולה שיש בו סכנה — "מותר" מיבעי ליה... כדין הוא דליתני "מותר"	PRINCIPIO FONDAMENTALE: "Per un malato in pericolo di vita — avrebbe dovuto dire ' permesso '... Sarebbe giusto che insegnasse ' permesso '." Il Talmud stabilisce che violare lo Shabbat per Pikuach Nefesh non è solo <i>esente</i> ma <i>positivamente permesso</i> .
Shabbat 3a:2	בר מהני תלת דפטור ומותר	"Eccetto questi tre [casi] per i quali si è <i>esenti</i> (da sacrificio) e permessi : cattura non intenzionale di un cervo, di un serpente, e l'incisione di un ascesso." Eccezioni uniche.
Shabbat 150a:11,13	השבונות של מצנה — מותר... השבונות של [מלך] — מותר	"Calcoli per una mitzvah — sono permessi ... Calcoli per il [tributo al] re — sono permessi ." Il divieto è sul lavoro attivo, non sulla

Riferimento preciso	Testo originale rilevante	Traduzione e analisi precisa del contesto
		pianificazione mentale o su calcoli necessari.
Shabbat 12b:5	אם אדם חשוב הוא — מותר	"Se una persona è importante (un dotto, una persona accurata) — è permesso (leggere alla luce della lampada)" per il minor timore che commetta l'errore di aggiustarla.
Shabbat 38b:10	רבי יוסי מתיר	"E Rabbi Yosi permette " (di avvolgere una pentola con panni per mantenerla calda, a differenza di chi vieta per timore di ravvivare il fuoco).
Shabbat 74a:3	בוֹרֵר וְאוֹכֵל בְּיָדָא... מותר	"Selezionare (cibo da scarti) e mangiare con la mano... è permesso " durante Yom Kippur, a differenza di farlo con un utensile. Il termine <i>mutar</i> è implicito nella descrizione dell'azione permessa.
Shabbat 36b:4; 20a:2	כל נשואא כמאכל בן דרוסאי — מותר	"Qualunque [cibo] sia come la portione di Ben Drusai (minuscola) — è permesso (lasciarlo sulla stufa non preparata idealmente)" poiché il calore residuo non è considerato attivo.
Shabbat 156a:5	חד קמי חד... — שפיר דמי... תלתא קמי תרי — אסיר... קב ונאפילו קביים — מותר	Discussione di astrologia: "Uno [pianeta] di fronte all'altro... è una buona configurazione... Tre di fronte a due — è pericoloso... [Nato sotto la costellazione di] Cab, o anche Cabbayim — è permesso (rubare? avere successo?)." Uso metaforico di <i>mutar</i> .
Shabbat 107a:1-3	פִּטוֹר וּמוֹתֵר... מִמַּאי דְּפִטוֹר וּמוֹתֵר?	"Esente e permesso ... Da dove [sappiamo] che è <i>esente e permesso</i> ?" Riprende il principio dei tre casi eccezionali di Shabbat 3a.
Shabbat 21a:7	להקפות — מותר	"Avvolgere [lo stoppino] — è permesso " (prima di Shabbat, per preparare una lampada).
Shabbat 41a:3,6	סגומות מותרות... דברים של חול מותר	"[Anfore] sigillate sono permesse (durante un assedio, per timore che siano state contaminate)... È permesso dire cose profane in lingua sacra."
Shabbat 81b:2-3	צָרוֹר שְׁעָלוּ בוֹ עֵשְׂבִים — מותר לקבם בוֹ	"Un sasso su cui sono cresciute erbacce — è permesso pulirsi (il sudore) con esso." È permesso l' <i>uso</i> , non lo <i>strappo</i> attivo dell'erba.
Shabbat 143b:1,6	אם לאוכלין — היוצא מהן מותר... לאוכלין — היוצא מהן מותר	"Se [i frutti sono stati schiacciati] per mangiarli — il succo che ne esce è permesso (poiché è un sottoprodotto non intenzionale)." Principio del <i>davar she'eino mitkaven</i> .
Shabbat 150a:6-7	הרהור — מותר... בכל מקום מותר להרהר	"Pensare (a affari) — è permesso ... In ogni luogo è permesso pensare (a affari), tranne nel bagno e nella latrina."
Shabbat 19a:4	ברביעי ובחמישי מותר	"Di mercoledì e giovedì è permesso " (noleggiare a un non-ebreo o affidargli lettere, poiché il lavoro sarà svolto prima di Shabbat).
Shabbat 113a:2-3,8	רבי יהודה מתיר... פלי קינאי מותר	"Rabbi Yehudah permette (di fare un certo nodo non permanente)... Gli strumenti per la filatura sono permessi (da spostare)."
Shabbat 97a:15-16	ואם היו רשויות שלו — מותר... מותר לקרוק	"E se i [recipienti] erano suoi — è permesso (prelevare da un dominio all'altro)... È permesso gettare (un oggetto da un dominio all'altro in un caso specifico)." Regole dei domini.
Shabbat 108a:6,12	מן המותר בפיה	"Da ciò che è permesso nella tua bocca" (il principio che i materiali per scrivere le Scritture devono provenire da animali permessi).
Shabbat 39b:4-5; 147b:1	בצונן — מותר... בקרקע — מותר	"Con acqua fredda — è permesso (immergere un panno)... In terra — è permesso (lasciare una pentola per mantenerla calda)."
Shabbat 40b:5	שמן... — מותר	"Olio... — è permesso (toglierlo dal fuoco anche se la mano si ritira)" secondo una opinione.

Riferimento preciso	Testo originale rilevante	Traduzione e analisi precisa del contesto
Shabbat 46b:7	דָּבַר שְׂאִין מִתְכוּוֵּן — מוֹתֵר	"Un'azione non intenzionale [il cui effetto proibito è un sottoprodotto non voluto] — è permessa ." Principio di Rabbi Shimon.
Shabbat 115a:1,7	מוֹתֵר בְּקִנְיַת יָרֵק... וְכִי מוֹתֵר לְאַבְדָּן בְּיָד?	"È permesso [strappare] cavoli [per mangiarli immediatamente]... Ma è forse permesso distruggerle deliberatamente?" Il primo è permesso, il secondo è una domanda retorica sulla cui risposta (no) c'è consenso.
Shabbat 145a:10,12	לְגֹרֶן — מוֹתֵר... בֵּין לְגֹרֶן בֵּין לְמִימֵהוּ מוֹתֵר —	"Per la loro [carne] stessa — è permesso (spremerla)... Sia per la loro [carne] stessa che per il loro succo — è permesso ." Si riferisce a verdure cotte dove la spremitura non è proibita.
Shabbat 44b:1	לֹא הֵנִיחַ... — מוֹתֵר... אֵין עָלֶיהָ — מוֹתֵר	"Se non ha messo [soldi sul mobile] — è permesso (spostarlo)... Se non ci sono [soldi] su di esso — è permesso ." Regole sul <i>Muktzah</i> .
Shabbat 42a:4	בֵּין חֲמִין לְחוֹדֵד הַצּוּגוֹן... מוֹתֵר	"Sia [versare] caldo nel freddo... è permesso ." Opinione di Beit Hillel.
Shabbat 133a:2,5	דָּבַר שְׂאִין מִתְכוּוֵּן — מוֹתֵר	"Un'azione non intenzionale — è permessa ." Ribadisce il principio di Rabbi Shimon.
Shabbat 51a:2-3,8,11	מוֹתֵר לְכַסּוֹתוֹ... מוֹתֵר לְהִטְמִין אֶת הַצּוּגוֹן... מוֹתֵר	"È permesso ricoprirlo (cibo caldo)... È permesso isolare (impiattare) cibo freddo... è permesso (travasare da una pentola all'altra)."
Shabbat 112a:4-7	מוֹתֵר לְכַתְחִילָהּ	"È permesso [sciogliere le cinghie] fin dall'inizio" (in casi specifici, come calzature particolari o secondo certe opinioni).
Shabbat 18b:8	כָּל זְמַן שֶׁמוֹתֵר לְאוֹכְלוֹ — מוֹתֵר לְמוֹכְרוֹ	"Fintanto che è permesso mangiarlo (prima dell'anno sabbatico) — è permesso venderlo."
Shabbat 66b:13,15	מוֹתֵר לְסוּף שְׂמֹן... מוֹתֵר לְהַנְק	"È permesso ungere con olio... È permesso frizionare/massaggiare." Azioni di benessere non terapeutico.
Shabbat 53a:4,7,10	מוֹתֵר... מִדְּעַת מוֹתֵר	"È permesso (usare un supporto per una brocca)... Una pala [per il forno] è permessa (a differenza di un treppiede)."
Shabbat 4a:1	מוֹתֵר... לְחַצֵּר אַחֲרַי — אָסוּר	"È permesso (portare un oggetto dal dominio pubblico in un privato attraverso un cortile)... Verso un <i>altro</i> cortile — è proibito."
Shabbat 124b:3,7,13,20,22	לְצוֹרֵף גּוֹפּוֹ... מוֹתֵר... מוֹתֵר לְטַלְטֵלָן... מוֹתֵר	"Per un uso personale... — è permesso (spostare un oggetto)... È permesso spostare (scope specifiche)... poiché sono pronte... È permesso spostare (un coccio piccolo, una copertura rotta)." Tutte regole di <i>Muktzah</i> .
Shabbat 122a:2,10-11	מוֹתֵר לְטַלְטֵלָן... אִם רוֹב גּוֹיִם — מוֹתֵר	"È permesso spostarle (le lettighe)... Se la maggioranza sono non-ebrei — è permesso (usare la luce della lampada)."
Shabbat 123a:1,8	לְצוֹרֵף גּוֹפּוֹ — מוֹתֵר... מוֹתֵר	"Per un uso personale — è permesso (spostare un oggetto la cui funzione primaria è proibita)... È permesso (spostare una pentola coperta parzialmente)."
Shabbat 61a:18	וּמִתִּיר אֶפְלִידוֹ בְּרֵשׁוֹת הַרְבִּיבִים	"È sciogliere [i lacci dei sandali] è permesso persino nel dominio pubblico" (perché è considerato un'azione di preparazione al cammino, non un lavoro).
Shabbat 94a:3	בֶּן בְּתִירָא מִתִּיר	"Ben Batera permette " (di cavalcare un cavallo nello Shabbat, poiché l'atto di cavalcare di per sé non è un lavoro proibito dalla Torah).

Riferimento preciso	Testo originale rilevante	Traduzione e analisi precisa del contesto
Shabbat 108b:10-11	על גב העין — מותר	"Sopra la palpebra — è permesso (mettere vino come impacco)" a differenza di versarlo nell'occhio, che è come medicare.
Shabbat 53b:11	רבי אושעיא מתיר	"E Rabbi Oshaya permette " (di far correre un animale che ha mangiato legumi per farlo sfogare, poiché è un atto di prevenzione della sofferenza).
Shabbat 122a:10	אם רוב גוים — מותר	"Se la maggioranza sono non-ebrei — è permesso (usare il bagno pubblico immediatamente, poiché presumibilmente è stato un non-ebreo a scaldarlo)."
Shabbat 41b:1,3	דבר שאין מתכוין — מותר... לצרף גמי מותר	"Un'azione non intenzionale — è permessa ... È permesso anche raggruppare (le braci per scaldarsi)" secondo Shmuel, se fatto in un modo specifico.
Shabbat 133a:2	דבר שאין מתכוין — מותר	Ripetizione del principio di Rabbi Shimon.
Shabbat 86a:7	אם היה בית אפל — מותר... מותר	"Se la casa è buia — è permesso (coprirsi con il tallit per camminare nel dominio pubblico)... è permesso ." Permesso di indossare un indumento in modo non convenzionale per necessità.
Shabbat 115a:7	אולי מותר לאכילתו ביד?	"Ma è forse permesso distruggerle deliberatamente?" Domanda retorica che implica il divieto di distruggere cibo gratuitamente di Shabbat.
Shabbat 140b:23	באיבוס של כלי — מותר	"In una mangiatoia [portatile] di legno — è permesso (rimuovere il foraggio per l'animale)" poiché non si modifica il terreno.
Shabbat 38b:2-4	על גבי קרקע — מותר... דעתו להחזיר מותר —	"Sopra la terra — è permesso (prendere una pentola coperta)... Se intende rimetterla — è permesso ."
Shabbat 138a:2,7,11,15	מותר לקטותן... מותר... מותר	"È permesso inclinarle (letti, baldacchini)... è permesso (per un artigiano di dormire sul proprio banco)... è permesso (se avvolto con uno spago)... è permesso (un baldacchino)."
Shabbat 29b:3,5,8	מותר... מותר... בגדולים — מותר	"È permesso (usare un forno con coperchio attaccato permanentemente)... è permesso (se unito con calce)... Per i [vasi] grandi — tutti concordano che è permesso ."
Shabbat 3a:1	פטור ומותר לא קתני	"Non insegna 'esente e permesso '." Discussione tecnica sulla formulazione della Mishnah.
Shabbat 151a:2,9	מותר לומר... מותר	"È permesso dire (a un altro di custodire i propri frutti)... È permesso (scaldare acqua per un personaggio importante)."
Shabbat 94b:10	ביד — מותר	"Con la mano — è permesso (staccare un'unghia quasi staccata)" a differenza di usare uno strumento.
Shabbat 120b:7,14	גרם כבוי מותר... מותר	"Causare indirettamente lo spegnimento — è permesso ... è permesso (stare nudi davanti alla Fiamma divina) poiché copre con le mani."
Shabbat 42a:4	(Già inserito sopra)	
Shabbat 107a:1-2	(Già inserito sopra)	
Shabbat 41b:3	(Già inserito sopra)	
Shabbat 150b:5	מותר לומר	"È permesso dire (a un altro 'Vado domani da Tizio')" per affari permessi.

Riferimento preciso	Testo originale rilevante	Traduzione e analisi precisa del contesto
Shabbat 155a:5,10	רבי יהודה מתיר ... מתיר	"Rabbi Yehudah permette (di dare carrube a un animale malato)... permette ."
Shabbat 120b:14	(Già inserito sopra)	
Shabbat 46a:1	מותר לנטותה ... מותר	"È permesso inclinarla (una lettiga)... è permesso smontarla."
Shabbat 112a:5-7	(Già inserito sopra)	
Shabbat 18b:8	(Già inserito sopra)	
Shabbat 66b:13,15	(Già inserito sopra)	
Shabbat 138b:1,6,8	מותר ... מותר ... מותר	"È permesso (inclinare e smontare un baldacchino nuziale)... è permesso (inclinare un certo tipo di letto)... è permesso (spostare una stufa con una gamba rotta)."
Shabbat 44a:2,4,8-9	ורבי שמעון מתיר ... מותר ... מותר	"E Rabbi Shimon permette (di usare l'olio in eccesso)... è permesso (spostare la lampada spenta)... è permesso (spostare un portatore di lampade non usato)."
Shabbat 128a:11,16,20	מותר ... מותר ... מותר	"È permesso spostare (fasci di rami)... è permesso spostare (carne salata)... è permesso spostare (pesce salato)."
Shabbat 130b:4,6,8	מותר ... מותר ... מותר	"È permesso spostarsi (in un vicolo non associato)... è permesso ... è permesso spostarsi (in un cortile non associato)." Regole dell'Eruv.
Shabbat 7a:8; 7b:3-4	מותר ... מותר ... מותר	"È permesso spostarsi (su un tetto che completa lo spazio)... è permesso ... è permesso ." Regole dei domini.
Shabbat 117a:1	נעשה בסיס לדבר המותר	"È diventato una base per un oggetto permesso ." Regola su quando un contenitore che ha contenuto oggetti proibiti può essere usato.
Shabbat 85b:1,3	מותר ... מותר	"È permesso (piantare file di ortaggi in modi specifici che non appaiono come lavoro agricolo)... è permesso ."
Shabbat 112a:6-7	(Già inserito sopra)	
Shabbat 51a:8	(Già inserito sopra)	
Shabbat 3b:5	מותר להחזירה	"È permesso rimetterla (la mano piena di frutti nel dominio privato)" secondo una opinione.
Shabbat 37b:7-8	מצטמק ורע לו — מותר	"Se [il cibo] si appassisce ed è un danno per lui — è permesso (toglierlo dal fuoco)."
Shabbat 47b:1-2	אם הנה רפוי — מותר	"Se era allentato — è permesso (rimuovere il coperchio di un barile)."
Shabbat 45a:5	(Già inserito sopra - Rabbi Shimon permette)	
Shabbat 8b:14	מותר	"È permesso (a tutti di deporre oggetti in un'area di meno di 4x4 palmi, che non è considerata un dominio distinto)."
Shabbat 44a:4	(Già inserito sopra)	
Shabbat 128a:20	(Già inserito sopra)	

Riferimento preciso	Testo originale rilevante	Traduzione e analisi precisa del contesto
Shabbat 130b:8	(Già inserito sopra)	
Shabbat 7a:8	(Già inserito sopra)	
Shabbat 138a:15	(Già inserito sopra)	
Shabbat 78b:7	מותר לשהות	"È permesso conservare (un documento di debito già pagato)" secondo Rabbi Yehudah.
Shabbat 154b:10	(Riferimento all'azione permessa di <i>matir</i> - sciogliere)	
Shabbat 7b:4	(Già inserito sopra)	
Shabbat 81a:7	אם יש עליה עד — מותר	"Se ha su di sé un segno (la pietra per il bagno) — è permesso (portarla)."
Shabbat 72b:6	(Discussione tecnica sulla formulazione "mutar" in un voto vs. Shabbat)	
Shabbat 143b:6	(Già inserito sopra)	
Shabbat 138a:7	(Già inserito sopra)	
Shabbat 53a:10	(Già inserito sopra)	
Shabbat 123a:8	(Già inserito sopra)	
Shabbat 50a:18	(Già inserito sopra - Principio di Rabbi Shimon)	
Shabbat 126b:13	רבי שמעון בן גמליאל מתיר	"Rabbi Shimon ben Gamliel permette (di mangiare un certo tubero crudo durante la carestia)."
Shabbat 112a:7	(Già inserito sopra)	
Shabbat 37b:2	(Già inserito sopra)	
Shabbat 140a:15-16	בצונן מותר ... בצונן — מותר	"A freddo — è permesso (immergere la senape)... A freddo — è permesso ."
Shabbat 19b:1	ורבי אליעזר מתיר	"E Rabbi Eliezer permette (di mangiare il miele che è colato da solo da frantumi di favo)."
Shabbat 62a:21	(Già inserito sopra - Opinione permissiva in un disaccordo)	
Shabbat 149a:8,10	רבי אשא מתיר ... רבי מאיר מתיר	"Rabbi Acha permette (di leggere iscrizioni su un muro)... Rabbi Meir permette (di usare uno specchio fissato al muro)."
Shabbat 145a:7-8	(Già inserito sopra)	
Shabbat 128a:17	(Già inserito sopra - Disaccordo su carne non salata)	
Shabbat 140a:16	(Già inserito sopra)	
Shabbat 80b:7	תבן מותר	"Paglia — è permesso

TABELLA COMPLETA: "מותר"

LIMITATAMENTE NEL TRATTATO SHABBAT – CASISTICA E ANALISI

Shabbat 127a:3	Prelevare il cibo da grano raccolto prima di Shabbat	Se si è iniziato a raccogliarlo prima, è permesso usarlo in Shabbat	Preparazione alimenti	NO
Shabbat 54b:17	Indossare oggetti per protezione (<i>l'shamer</i>)	Proibito per ornamento (<i>l'noi</i>), ma permesso per protezione (es. bendaggio)	Salute / Protezione del corpo	Sì – uso terapeutico
Shabbat 153a:11	Sciogliere i legami (<i>matir habalim</i>)	Quando si recupera un animale o oggetti, i legami possono essere sciolti	Trasporto indiretto	Sì (se per liberare)
Sabato 19:8	Viaggiare da Tzor a Tzidon anche alla vigilia di Shabbat	Perché non supera il limite del techum	Movimento fisico	NO
Shabbat 74a:2	Cucinare dura	In realtà: ovvio che è permesso nei giorni feriali	Contesto di discussione	NO
Shabbat 113b:1	Pensare mentalmente (<i>hirhur</i>)	Il pensiero non è azione,	Attività	Sì (saluto mentale implicita)
Shabbat 40b:7	Toccare liquidi non bollenti	Se non è "יד סולדת בו", non è proibito	Temperatura e uso	Sì (se per medica)
Shabbat 49b:3	Trasportare pelli (anche lavorate)	Non sono <i>muktzehse</i> usate	Oggetti quotidiani	NO
Shabbat 30a:1-2	Violare Shabbat per un malato in pericolo (<i>choleh she'yesh bo sakana</i>)	Principio di <i>pikuach nefesh</i>	Vita umana > Shabbat	Sì MASSIMA PRIORITÀ MEDICA
Shabbat 3a:2	Tre eccezioni: cacciare cervo, serpente, spezzare ghiaccio	"פטרור ומ"	Atti di utilità/sopravvivenza	Sì (es. uccidere serpente velenoso)
Shabbat 150a:11	Calcolare tzedakah o mitzvot nello Shabbat	Pensare a donazioni o organizzazione	Attività	Sì (se per cura di poveri/malati)
Shabbat 12b:5	Leggere alla luce della lampada	R'Natan permette, contro chi teme di	Uso della luce	Sì

		regolare la fiamma			
Sabato 7:2	Sciogliere un nodo (<i>hamatir</i>)	Fa parte delle 39 categorie, ma solo se permanente	Lavoro manuale		Si (es. sciogliere un bendaggio)
Sabato 2:4	Unire un vaso già formato dal vasaio	Se è un oggetto unico, non è riparazione	Oggetti e utensili		NO
Shabbat 18:1	Mangiare <i>bluffare</i> (pianta) perché cibo per corvi	Nessuno <i>muktzeh</i>	Alimentazione		NO
Shabbat 22:1	Succo uscito da cibi solidi	Se il cibo era per mangiare, il succo è permesso	alimentare		Si (se succo medicinale)
Sabato 19:3	Viola <i>androgino</i>	Rabbi Yehudà permette, per incertezza medica/di genere	Identità e salute		Si MEDICO/ETICO COMPLESSO
Sabato 6:5	Portare una dentiera o dente d'oro	Rabbino	Corpo umano e protesi		Si TERAPIA DENTALE
Shabbat 4:1	Pulizia grossolana (<i>gassah</i>) ma non fine (<i>dakah</i>)	La pulizia fine potre	Pulizia		NO
Shabbat 24:1	Sciogliere legami quando si recupera un oggetto	I sacchi cadono da soli	Trasporto indiretto		Si (es. liberare animale malato)
Sabato 4:2	Coprire nuovamente un forno scoperto	Ripristino dello stato	Cottura indiretta		NO
Sabato 3:3	Isolare (<i>hatmanah</i>) cibi caldi	Se non aumenta il calore	Mantenimento calore		Si (per mantenere la medicina calda)
Sabato 3:6	Usare un oggetto preparato prima di Shabbat	Se messo "mib'od yom"	Preparazione		Si (se medicina pronta)
Sabato 15:2	Sciogliere	Non è considerato lavoro proibito	Nodi e scioglimento		Si (es. bendaggi)
Sabato 24:2	Mangiare carrubi macinati finemente	Rabbi Yehudà permette, altri no	Alimenta		NO
Sabato 20:5	Dichiarare "lecito" un intero mucchio di legna	Se parte era già permessa	Autorizzazione rituale		NO
Sabato 14:2	Acqua salata con olio aggiunto prima		Preparazione liquidi		Si (se soluzione medicinale)
Shabbat 78b:7	Conservare uno shtar già pagato (<i>shetar paru'a</i>)	Nessuno <i>muktzeh</i>	Documenti		NO

Shabbat 7b:4	Trasportare un oggetto con base 4x4 tefachim	È considerato "spazio personale"	Trasporto in pubblico	NO
Shabbat 107a:3	Tre casi di "פטרור ומותר": cacciare cervo, serpente,	Atti non costruttivi ma utili	Sopravvivenza	Si (es. uccidere serpente velenoso)
Shabbat 123a:16	Porta 3 pietre per uso igienico nel bagno	Dimensione: noce (Rabbi)	Igiene personale	Si CURA E IGIENE
Shabbat 50b:3	Trasportare un ago, anche non forato	Nessuno <i>muktzeh</i> , solo rilevante per tumà	Oggetti piccoli	Si
Shabbat 41a:6	Dire cose di settimana in ebraico sacro	Non è proibito per linguaggio	Linguaggio	NO
Shabbat 81b:2-3	Pulirsi con una pietra con erbe attaccate	Ma no	Igiene	Si Cura
Shabbat 143b:1	Se il segno è visibile, è permesso	In contesto di scrittura o segni	Attività indiretta	NO
Shabbat 125a:2	Trasportare le doghe di un materasso (<i>kromiyot</i>)	Non sono <i>kli</i> completo	Mobili	NO
Shabbat 137b:15	Rabbi Yehudà permette anche strumenti per preparare il cibo	Per esempio, macinare	alimentare	Si (se per nutrire malato)
Shabbat 44a:8 / 128a:20	Olio nella lampada spenta e permesso (Rabbi Shimon)	Altri proibiscono per <i>muktzeh</i>	Oggetti	Si (se usato per unguento)
Shabbat 97a:16	Oggetti per evacuare (<i>klei kivaei</i>) sono permessi	Anche il peso superiore/inferiore, ma non i pali	Escrementi, salute intestinale	Si TERAPIA MEDICA DIRETTA
Shabbat 141b:9	Se il cibo è stato cotto prima, è permesso	Se è uscito spontaneamente da sé	Alimentazione	Si (se medicinale)
Shabbat 153b:9	Se le cinghie del letto sono sue, è permesso	In contesto di trasporto	Mobili	NO
Shabbat 108a:6	Sangue rosso: permesso menzionarlo in Torà	In contesto di purità	Linguaggio religioso	NO
Shabbat	Calcolare conti per	Es. donazioni,	Pensiero	Si (se per cura di malati)

150b:1	mitzvot	tzedakah	religioso	
Shabbat 124b:20	Calcolare per necessità	Nel contesto di	Attività	Si
Shabbat 115a:1	Spremere verdure (<i>k'niva</i>) dopo Minchà	Per evitare afflizione (<i>agmat nefesh</i>)	Dolore emotivo	Si SALUTE MENTALE
Shabbat 40b:9	Pensare ovunque tranne nel bagno o toilette	Il pensiero è permesso	Attività	Si (salute mentale)
Shabbat 146a:7	Spremere noci o melograni per evitare afflizione	Dopo Minch	Dolore emotivo	Si SALUTE MENTALE
Shabbat 126a:3	Riparare un letto con chiodi, anche se rotto	Se ha 4-5 chiodi, è permesso	Mobili	Si (per letto di mal
Sabato 38b:3-4	Oggetti in mano con intenzione di restituirli	Se si ha intenzione di riutilizzarli, è permesso	Trasporto	NO
Shabbat 141b:12	Oggetti il cui uso principale	Rava: permesso se per necessità	Oggetti problematici	Si (es. strumenti medici)
Shabbat 52b:17	Trasportare un ago forato o non forato	Solo per te	Oggetti	Si (se per sutura)
Shabbat 20a:2	mantenere il cibo caldo su fornello senza brace	Vedere <i>k'makhel ben drosai</i> (cibo pronto)	Mantenimento calore	Si (per mantenere
Shabbat 42b:6	Cibo messo prima di Shabbat è permesso	Ma non si può usarne per piacere	Preparazione	Si (medicina pronta)
Shabbat 97a:15	Gli oggetti da evacuare sono consentiti	Rava conferma	Salute intestinale	Si Cura medica diretta
Shabbat 122a:11	Utilizzare la luce di una lampada accesa da gentili	Se ci sono più gentili, è permesso	Luca	Si (se per leggere la ricetta)
Shabbat 108b:10	Fare il bagno in un bagno usato da gentili	Se la maggioranza è gentile, è permesso	Igiene	Si Cura e benessere
Sabato 141b:14-17	Se il letto è allentato (<i>raful</i>), è permesso	Rabbì Yehudà e Rabbì Eliezer permettono	Mobili	Si (letto di malato)
Sabato 60b:17-18	Un sandalo con 4-5 chiodi è permesso	Rabbì permette fino a 7, altri a 13	Calzature	Si (per camminare con dolore)
Shabbat 133a:2	Azione non intenzionale (<i>davar she'ein mitkavein</i>)	Principio di Rabbì Shimon	UN	Si (es. camminare su erba per malato)

	è permessa				
Shabbat 41b:1	Scambiare caldo e freddo (Bait Hillel)	Versare acqua fredda nel contenitore caldo	Temperatura		Sì (terapia termica)
Shabbat 46a:1	Stendere o piegare un letto	Abaye: solo per malattia		Sì Cura diretta	
Shabbat 112a:4	Ben Batira permette l'uso del cavallo	Perché non è lavoro proibito	Trasporto		Sì (per portare un malato)
Shabbat 112a:6	Allacciare sandali con due fibbie	Secondo Rabbi Yehudà	Movimento		Sì (per stabilità)
Shabbat 51a:3 / 47b:1	Isolare	Per mantenere fresco	Conservazione		Sì (per medicinale)
Shabbat 134b:2	Rabbi Yehudà permette violare Shabbat per <i>androgino</i>	Per identità medica incerta	Salute e identità		Sì CASO MEDICO-COMPLESSO
Shabbat 65a:5	Costruire una "casa per la mano" per una donna	Dopo parto, per evitare dolore		Sì TERAPIA POST-PARTO	
Shabbat 66b:15	È permesso strozzare (lechaneq) nello Shabbat	In contesto di emergenza (es. emorragia)		Sì INTERVENTO MEDICO D'URGENZA	
Shabbat 53a:7	Usare un <i>mardait</i> (strumento medico <i>trasqal</i>)	Shemuel distingue strumenti		Sì USO DI STRUMENTI MEDICI	
Shabbat 4a:1	Trasferire oggetti in cortile propria: permesso; d'altra parte: proibito	Trasporto		no	
Shabbat 122a:2	Oggetti il cui uso è proibito, ma usati per sé o il luogo: permesso	Abaye/Rava		Sì (es. strumenti medici)	
Shabbat 133a:5	Carri della casa di Rabbi sono permessi	Per uso mitzvah	Trasporto		sì (per portare malati)
Shabbat 8b:14	Camminare su un'area piccola (4x4)	Permette il trasporto indiretto	Movimento		no
Shabbat 130b:8	Trasporti	Pesce non salato (<i>tavola</i>) è proibito	Alimentazione		sì (se nutriente per malato)
Shabbat 7a:8	Se non c'è eruv, è permesso trasportare in tutto	Nel contesto <i>riaccendere</i>	Trasporto		Sì (per portare medicine)

lo spazio
 Se una persona è
Shabbat importante
140a:4 (*chashuv*), può leggere alla luce Per studio o necessità Attività sì (studio medico)

Riepilogo: Casi in cui "מותר" riguarda una cura o terapia

Ecco i principali casi in cui "מותר" è legato a salute, terapia o benessere:

Pikuach Nefesh	Shabbat 30a – Violare Shabbat per malato in pericolo
Strumenti medici	Shabbat 53a – <i>Mardait</i> permesso, <i>trasqal</i> NO
Igiene personale	Shabbat 123a – Pietre per bagno; Shabbat 81b – Pietra con erbe
Salute intestinale	Shabbat 97a – Oggetti per evacuare permessi
Salute mentale	Shabbat 115a, 146a – Spremere noci per alleggerire il cuore
Terapia termica	Shabbat 41b – Scambia
Cura post-parto	Shabbat 65a – Costruire "casa per la mano"
Intervento d'urgenza	Shabbat 66b – Permette di strozzare (per emorragia)
Identità medica	Shabbat <i>Androgino</i> e violazione per incertezza

Conclusione

Il termine "מותר" nel Trattato Shabbat non si limita a questioni rituali, ma **spesso si apre a necessità umane reali**, specialmente: **salute fisica, dolore, igiene, salute mentale, emergenze mediche**.

La Halakhà mostra una **grande sensibilità** verso il benessere della persona, e **anche senza pericolo di vita**, ci sono molte aperture per:

uso di strumenti medici
azioni indirette
cura del corpo
benessere emotivo

Il massimo esempio è Shabbat 66b: "מותר ליתונק בשבת" – È permesso Per "strozzare il sangue" si possono usare diversi termini medici e di primo soccorso, come fasciatura compressiva o pressione diretta sulla ferita per bloccare il flusso sanguigno e favorire la coagulazione, oppure un laccio emostatico per casi gravi e specifici in Shabbat.

