

Gian Piero Abbate

# Comandare le cellule

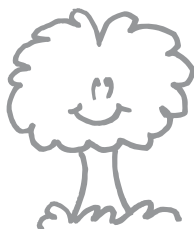
La tecnica dei comandi vocali  
per rinnovare salute ed energia

*Copertina: Matteo Venturi*

**Edizioni**



**AMRITA**



## **SALVIAMO GLI ALBERI!**

Il nostro catalogo è disponibile esclusivamente online,  
sul nostro sito: [www.amrita-edizioni.com](http://www.amrita-edizioni.com)

Edizioni AMRITA srl  
Via del Lavoro, 2 - 47814 Bellaria-Igea Marina (RN)  
telefono 320 60 91 382  
e-mail: [ciao@amrita-edizioni.com](mailto:ciao@amrita-edizioni.com)

Seguici su:  
[facebook.com/AmritaEdizioni](https://facebook.com/AmritaEdizioni)  
[x.com/AmritaEdizioni](https://x.com/AmritaEdizioni)  
[youtube.com/AmritaEdizioni](https://youtube.com/AmritaEdizioni)  
[instagram.com/AmritaEdizioni](https://instagram.com/AmritaEdizioni)

Si ringrazia Marco Stocco Art per l'immagine di copertina "Microcosmo e coscienza".

© 2026 Edizioni Amrita.

Tutti i diritti riservati. Ogni riproduzione, anche parziale e con qualsiasi mezzo, deve essere preventivamente autorizzata dall'editore.

## AI NOSTRI LETTORI

I libri che pubblichiamo sono il nostro contributo ad un mondo che sta emergendo, basato sulla cooperazione piuttosto che sulla competitività, sull'affermazione dello spirito umano piuttosto che sul dubbio del proprio valore, e sulla certezza che esiste una connessione fra tutti gli individui. Il nostro fine è di toccare quante più vite è possibile con un messaggio di speranza in un mondo migliore.

Dietro a questi libri ci sono ore ed ore di lavoro, di ricerca, di cure: dalla scelta di cosa pubblicare – operata dai comitati di lettura – alla traduzione meticolosa, alle ricerche spesso lunghe e coinvolgenti della redazione.

Desideriamo che i lettori ne siano consapevoli, perché possano assaporare, oltre al contenuto del libro, anche l'amore e la dedizione offerti per la sua realizzazione.

Gli editori



## INDICE

Prefazione .....	1
Premessa .....	5
Mutate mente .....	15
La mente da mutare .....	27
La differenza tra “idee” e “pensieri” .....	35
L’acqua e i 3 DNA .....	45
Il passaggio dalla morula alla blastula .....	59
La ghiandola pineale, guai a parlarne .....	67
Dalla Genetica all’Epigenetica .....	77
Intento e modifica della materia .....	83
Inserito fotografico .....	I
Differenza tra suoni, musica e voce .....	91
Le cellule possono sentire .....	97
Le basi dell’interazione tra musica e corpo .....	105
L’interazione tra la voce e le cellule .....	113
L’importanza della propria voce .....	121
Le cellule ci parlano .....	129
Cosa sono i comandi vocali .....	139
Come sono arrivato ai comandi vocali .....	155
Le regole e alcuni esempi di comandi .....	159
Possibili benefici e limiti di questa tecnica .....	169
Prospettive future .....	173
Bibliografia .....	177

## Mutate mente

Il mio progetto di ricerca sui processi d'invecchiamento del corpo umano è iniziato alla fine del secolo scorso, perché a quell'epoca qualcosa di nuovo stava emergendo dal grande mare degli articoli scientifici. Era un progetto di ricerca condizionato da una testa piena di pregiudizi, sia la mia che quella degli altri ricercatori, ma ora, più andiamo avanti con gli esperimenti, più ci accorgiamo delle convinzioni errate ereditate dal passato. A quell'epoca i biologi iniziarono a intuire che il ciclo naturale di nascita, crescita, decadimento e morte forse non è per niente naturale.

Quindi iniziarono a cercare qualcosa che fosse fuori da questo schema. Così vennero scoperte piante e animali immortali, nel senso che possiedono un ciclo evolutivo che non può avere fine, se non per incidenti mortali. Ovviamente, non siamo nel mondo dei video-giochi, quindi se un animale viene ucciso, muore come tutti gli altri. Ma se è immortale, nasce, cresce, si riproduce, e a questo punto della sua vita, invece d'invecchiare, torna giovane.

Potete vedere le immagini di alcuni tra questi animali nell'inserito del libro.

Ad esempio, l'Idra è in grado di rigenerarsi di continuo<sup>9</sup>, senza apparentemente subire processi di invecchiamento, grazie al fatto che il suo corpo è costituito quasi

---

<sup>9</sup> <https://www.dottnet.it/articolo/28406/mappate-le-cellule-dell-idra-cosi-si-rigenerano> (ultima consultazione 17/11/2025)

totalmente da cellule staminali, che sono in grado di dividersi e differenziarsi nelle varie cellule specializzate teoricamente all'infinito. Questo ovviamente non esclude la possibilità di morte accidentale, dovuta a ferite o altri fattori esterni, ma ci suggerisce l'ipotesi che sia possibile riuscire a riprodurre queste stesse condizioni anche per l'essere umano, visto che ogni giorno produciamo nel corpo circa 60 miliardi di cellule staminali per rimpiazzare quelle morte.

Allora iniziarono anche gli studi sulle piante, in particolare su certi alberi secolari, e che proseguono tuttora.

A questo punto capii che non è vero che quel ciclo è naturale, obbligatorio per tutti. Alla mia ricerca concreta diede impulso il dottor Aziz Aboobaker<sup>10</sup> dell'Oxford Stem Cell Institute, avendo scoperto i vermi piatti, in collaborazione con i ricercatori dell'Università di Nottingham. Questo verme risulta essere immortale. Il dottor Aboobaker ha concluso un suo articolo dicendo: «I vermi piatti asessuati hanno mostrato la potenziale capacità di mantenere la lunghezza dei telomeri».

Uno studio della Oxford University, pubblicato su "Scientific Reports" ci dice che i tardigradi, animali di mezzo centimetro di lunghezza, sono immortali. Sopravvivono a -272 °C per minuti e a -20 °C per decenni o a +150 °C. Sopravvivono a pressioni estreme (1.200 atm). Possono vivere per 30 anni senza acqua e cibo, e sono immuni alle radiazioni. Il prof. Rafael Alves Batista ha detto: «I tardigradi sono molto vicini a quella che potremmo definire immortalità».

---

10 <https://www.stemcells.ox.ac.uk/team/aziz-aboobaker> (ultima consultazione 17/11/2025)

Altro importante impulso arrivò da un ricercatore italiano, dell'Università del Salento, il dottor Ferdinando Boero<sup>11</sup>, grazie a un incidente di percorso nel suo laboratorio. A volte le scoperte più interessanti si fanno per caso, anche se il caso non esiste.

Successe qualcosa di errato e così scoprì che c'è una medusa, la *Turritopsis nutricula*, proprio nel Mare Adriatico, al largo della Puglia, che era già oggetto delle sue ricerche, che ha un ciclo di vita che la rende immortale. Questa medusa non solo è in grado di ringiovanire una volta raggiunta l'età adulta, ma anche di ritornare allo stadio iniziale se estratta dal mare, o di rifugiarsi nel fondo, se aggredita o invecchiata, e di trasformare il proprio stato, tornando giovane.

Poco prima di concludere questo libro è arrivata una ulteriore scoperta. Anche la “noce di mare”, cioè la *Mnemiopsis leidyi*<sup>12</sup>, uno ctenoforo originario dell'Oceano Atlantico, che ha invaso il Mediterraneo, forse proprio grazie alla sua immortalità, è in grado di regredire tornando alla fase larvale, per poi progredire di nuovo alla fase adulta e riproduttiva. Ancora una volta un ciclo che sembra non avere mai termine.

Ovviamente le aziende farmaceutiche si sono scatenate investendo milioni di dollari per arrivare a sviluppare prodotti di tipo chimico che allunghino la vita o che arrestino l'invecchiamento. Secondo alcune informazioni preliminari, sono a buon punto, e la messa in vendita dei primi prodotti prototipali è già in atto a livello sperimentale, in attesa di

---

11 <https://www.unisalento.it/scheda-utente/-/people/ferdinando.boero> (ultima consultazione 17/11/2025)

12 [www.marinecue.it/2024/10/11/tutti-pensavano-che-solo-le-aragoste-fossero-immortali-ma-si-sbagliavano-di-grosso-questa-specie-ringiovanisce-ogni-monuto-che-passa/](http://www.marinecue.it/2024/10/11/tutti-pensavano-che-solo-le-aragoste-fossero-immortali-ma-si-sbagliavano-di-grosso-questa-specie-ringiovanisce-ogni-monuto-che-passa/) (ultima consultazione 17/11/2025)

risultati definitivi. Queste ricerche si sono intensificate dopo la scoperta di *Mytho*, il gene anti-invecchiamento.

Voglio subito chiarire un punto che riprenderò più avanti. Quando dico che un animale, come la suddetta medusa, è immortale, non mi riferisco a una situazione dove potremmo essere in errore nelle valutazioni, perché, ad esempio, quell'animale ha un ciclo di vita così lungo che non può essere osservato, bensì mi riferisco a un fenomeno ciclico naturale di rigenerazione che non può essere arrestato, se non per cause esterne. Ecco perché il caso della *Turritopsis nutricula* è il più rilevante tra tutti quelli che ho citato. Biologicamente e anche da un punto di vista logico, il suo meccanismo di auto-rigenerazione non presenta alcun motivo per cui si debba, a un certo punto, arrestare.

Sono partito da queste notizie, enunciate in modo generico, molte delle quali spiegherò e documenterò meglio in seguito, perché il nostro grande nemico è la mente, che nega ciò che non conosce se è diverso dalle informazioni razionali che possiede. Invece devo riuscire a eliminare le vostre barriere mentali, perché, se la tua mente, caro lettore, non è convinta, allora esercita il diritto di veto. Sai cos'è il diritto di veto? Quando le nazioni vincitrici della Seconda Guerra Mondiale hanno creato l'ONU, si sono riservate il diritto di veto. Se il delegato italiano arriva con una proposta, viene letta e, a questo punto, se si alza, ad esempio, il delegato della Russia, o degli Stati Uniti, o della Francia, che sono tutti paesi vincitori, e dice: «No, io oppongo il mio diritto di veto», la proposta non viene neanche discussa, viene presa e gettata nel cestino. Bene, la stessa cosa fa la nostra mente. Quindi è inutile che insegni come comandare le cellule e poi spieghi come ci si può guarire con dei suoni particolari, se chi legge non è convinto mentalmente che queste cose pos-

sano funzionare. Quindi ora devo iniziare ad approfondire il percorso scientifico, già delineato sommariamente, e solo in seguito entrerò nei particolari della tecnica di comando.

Torniamo al tema dell'invecchiamento, ponendoci la domanda fondamentale: "Come mai invecchiamo?". La prima risposta è: "Perché c'è una progressiva degenerazione dei telomeri, che si accorciano ogni volta che le cellule si dividono. Si accorciano fino a un punto tale per cui la cellula non può più riprodursi, e muore".

Walter Parks, nel suo già citato libro, descrive così il processo degenerativo dei telomeri:

«Mentre le nostre cellule invecchiano e si intasano con le scorie del metabolismo e le tossine ambientali, devono riprodursi quando iniziano a diventare inattive e iniziano a morire. È qui che entrano in gioco i telomeri. I nostri cromosomi si trovano nel nucleo centrale delle cellule. A ciascuna estremità di ciascuno dei cromosomi appaiati c'è un telomero. I telomeri sono analoghi ai cilindretti di plastica che si trovano alle estremità dei lacci delle scarpe: mantengono insieme i cromosomi. Quando le cellule invecchiano e si intasano, la cellula si divide per riprodursi. In tal modo, perde parte della lunghezza dei telomeri. Il dott. Hayflick ha stabilito che la maggior parte delle cellule normali, dopo la rapida crescita iniziale dell'embrione, può dividersi circa altre cinquanta volte dopo la nascita, prima che i telomeri divengano troppo corti per ulteriori divisioni. Man mano che le nostre cellule invecchiano, si dividono per produrre nuove cellule che le sostituiranno. Ma più si dividono, più le cellule perdono efficacia nel riprodursi. Alla fine, i loro telomeri diventano troppo corti per consentire alle cellule di riprodursi. Sopportando malnutrizio-

ne e un ambiente inadatto, i telomeri della maggior parte delle nostre cellule possono permetterne la riproduzione fino all'età di circa centoventi anni. Qualcuno ha notato che questo limite di età non è diverso da quello della durata della vita citato nella Bibbia. Questo limite è ora definito "Il limite di Hayflick", poiché è stato il dott. Hayflick a scoprire la funzione dei telomeri. Le terapie dedicate ai cosiddetti "normali" meccanismi di invecchiamento, così come i trattamenti standard che offrono l'inversione del processo di invecchiamento, non influenzano il limite di Hayflick. Questo è un meccanismo di invecchiamento ben distinto. Il dott. Hayflick e altri ritengono che non possiamo vivere oltre i centoventi anni di età. Ma questo non è necessariamente vero».

La Biologia, cercando una motivazione a questo asserto, ha scoperto che c'è di mezzo un enzima, la "telomerasi". Nel 2009 la dottoressa Elizabeth Blackburn<sup>13</sup> ha pubblicato, con altri, questa notizia e così ha vinto il premio Nobel.

In quel periodo avevo lanciato il mio progetto di ricerca, proprio legato alla stessa idea iniziale. L'evoluzione del progetto mi ha portato, nel 2016, a fare il primo esperimento pubblico di comando alle cellule, coinvolgendo un centinaio di persone, che abbiamo seguito nella loro evoluzione anche con i miei amici, Eugenio e Alex, per 9 mesi, con risultati eccezionali. Nel 2017 abbiamo replicato, rilanciando il corso "Attiva il divino – Verso l'immortalità" per altri 9 mesi e con un altro centinaio di persone. Il mio intento era di raccogliere dati sui risultati concreti che si potevano raggiungere con questo metodo, aiutando i partecipanti, ma anche creando un data base scientifico.

---

13 <https://www.britannica.com/biography/Elizabeth-Blackburn> (ultima consultazione 17/11/2025)

A quel punto un mio amico, collaboratore di Fininvest, m'informò che “Striscia la notizia”, la nota trasmissione televisiva, aveva aperto un'indagine su di me e su Grigori Grabovoi, perché entrambi parlavamo d'immortalità. Siamo in Italia, dove i giornalisti non brillano certo per cultura scientifica, e quindi per loro ricercatori che parlano d'immortalità e della possibilità di raggiungerla potevano essere solo degli imbrogliatori. Questo in barba al suddetto premio Nobel, di dieci anni prima. Allora, a quel punto, io mi sono fermato dal punto di vista pubblico, cioè non ho più parlato apertamente delle cose che facevo, né tantomeno ho lanciato ulteriori eventi. Però, in privato, ho continuato a occuparmi di tutto, in particolare di Epigenetica, che è una delle mie aree di ricerca, e che è strettamente collegata all'atto di comandare le cellule.

Ora ho deciso di ripartire pubblicamente, con incontri e con questo libro, perché penso, o spero, che ormai i tempi siano maturi per portare avanti questo tipo di discorso. Del resto, quando lo stesso programma televisivo ha mandato in onda un reportage su Grigori Grabovoi, con vari tagli e abili montaggi, per molti telespettatori è stata palese la malizia degli autori nel presentare l'argomento e l'importanza delle scoperte di questo scienziato russo. Ecco, dunque, perché ci spero.

Le nostre cellule cambiano in continuazione, con cicli di vita che vanno dai 5 ai 120 giorni. In totale abbiamo circa 35.000 miliardi di cellule e ogni giorno espelliamo 60 miliardi di cellule morte. Come facciamo a rimpiazzare questi 60 miliardi? Per fortuna, nel nostro organismo, si producono continuamente cellule staminali<sup>14</sup>, cioè cellule

---

14 <https://static.paginemediche.it/publishing/cellule-staminali-breve-articolo-dr-roberta-madonna.pdf> (ultima consultazione 17/11/2025)

totipotenti. Queste si dividono, e ogni volta che una cellula staminale si divide, genera di nuovo una cellula staminale e una cellula specializzata. In questo modo si producono le varie cellule specializzate, che vanno poi a integrare le cellule che abbiamo perso. Ma torniamo al 2010. Restava in me un grande interrogativo: come mai avviene questo processo fisico biologico di decadimento?

La risposta la trovai analizzando come si crea un feto. Arriva uno spermatozoo e penetra nell'ovulo, e i due pezzi di DNA si congiungono creando la prima cellula. Questa si chiama, in Biologia, la Cellula Madre.

Com'è questa cellula? Eterna! Spiegherò in seguito la differenza tra cellule eterne e cellule totipotenti, come quelle staminali.

La Cellula Madre inizia a dividersi e a un certo punto fa un piccolissimo aggregato che ha la forma di una mora, per cui i biologi l'hanno chiamato "morula". È un aggregato da 32 a 64 cellule.

Com'è la morula? Immortale!

Dopodiché le cellule continuano a moltiplicarsi, iniziando a creare un anello, detto "blastula", che dà inizio alla colonna vertebrale del feto.

Molto bene, come sono le cellule della Blastula? Mortali.

Come mai? Adesso che sono diventate specializzate, sono diventate mortali. Ho scoperto che c'è un gioco che ha a che fare con l'energia, con l'informazione e con i dati. Ricordatevi che anche l'informazione, quando incapsulata nei dati, è una forma di Energia<sup>15</sup>.

$$E = V*S$$

---

15 <https://grabovoifoundation.org/opere-scientifiche/> (ultima consultazione 17/11/2025)

dove  $V$  è il volume dei dati e  $S$  è la velocità con la quale vengono elaborati.

Ma se si parla d'informazione, non si può prescindere dall'acqua. In realtà noi siamo fatti di acqua. Quando nasciamo, siamo al 99% acqua, da adulti siamo costituiti, in termini di peso, da un 75% di acqua, quindi se pesate 100 kg, 75 kg sono acqua e 25 kg altro. Ma in termini di numero di molecole, che in questa analisi interessa di più che il peso, il numero di molecole d'acqua, negli adulti, arriva al 95% del totale. Quindi noi siamo una bottiglia d'acqua che cammina!

L'acqua è una molecola molto particolare che, tutt'oggi, è oggetto di studio, perché presenta comportamenti incredibili, assolutamente non spiegabili attraverso la chimica classica, e solo a volte spiegabili in altra maniera. Su questo punto tornerò in seguito. Evidentemente, nella sua crescita, già la morula ha raggiunto quel volume critico per cui ha ricevuto un'informazione cellulare. Affermo questo perché ho osservato il suddetto cambiamento dal punto di vista della Fisica.

Parto dall'articolo "La dinamica dell'acqua all'origine dei processi di metamorfosi degli organismi viventi"<sup>16</sup> di Emilio Del Giudice, Paola Rosa Spinetti e Alberto Tedeschi, che v'invito a leggere. Il suo sommario è il seguente:

«L'acqua liquida è stata riconosciuta da tempo come la matrice di molti processi, compresa la vita e anche la dinamica delle rocce. L'interazione tra biomolecole avviene in modo differente dai sistemi non-acquosi e quest'ultimi sono incapaci di produrre la vita. Questa abilità di produrre processi vitali implica una specifica

---

16 <https://www.hadoshiatsu.org/wordpress/wp-content/uploads/2015/06/Del-Giudice-la-dinamica-dellacqua-allorigine-dei-processi-di-metamorfosi-degli-organismi-viventi.pdf> (ultima consultazione 17/11/2025)

struttura dell'acqua liquida. In accordo con la moderna Teoria dei Campi Quantistici (QFT) un principio di complementarità (nel senso in cui viene inteso da Niels Bohr) connette il numero  $N$  dei quanti (compreso il campo della materia dove i quanti sono proprio gli atomi/molecole) e la fase  $\Phi$ . Questo significa che, quando ci si focalizza sulla struttura atomica della materia, si perde la visione delle sue proprietà relative alla coerenza e, viceversa, quando si esamina la dinamica di fase del sistema la struttura atomica del sistema stesso diviene indefinita. L'elio liquido e superfluido è stato il primo esempio di questa specifica dinamica. Nel presente lavoro mostriamo come la considerazione della dinamica di fase dell'acqua liquida permetta di comprendere il suo ruolo specifico nell'origine dell'auto-organizzazione degli organismi viventi e degli ecosistemi».

Ed è proprio osservando il processo di auto-organizzazione di un feto che i conti non tornano, se non si considera un'interazione con il suo mondo esterno.

La Fisica insegna che qualsiasi processo naturale avviene sempre con il minimo consumo di energia. Bene, lo sviluppo di un feto è un processo naturale. Semplifico il ragionamento. Se tutte le cellule specializzate si fossero portate dietro solo l'informazione che serve loro per fare la cellula dell'occhio piuttosto che una cellula del dito, allora il suddetto Principio non verrebbe violato. Ma invece non è così. Tutte le cellule del nostro organismo sono uguali in termini di contenuto informativo. Tanto è vero che recentemente è stato scoperto che a volte, ad esempio in caso di trauma, alcune cellule limitrofe alla parte danneggiata mutano e diventano come quelle della parte traumatizzata. Ciò che specializza le cellule è che una ha attivato certi geni, un'altra

ne ha attivati altri ancora, e in funzione dei geni che sono attivati, una diventa la cellula degli occhi e l'altra la cellula del dito. Ma il fatto che tutte le cellule si portino dietro un pacchetto identico di informazioni non rappresenta il minimo di energia, come sarebbe se ogni cellula si portasse solo la sua informazione. Visto che il Principio è inviolabile, allora in questo processo deve aver agito un'informazione esterna, che è entrata in gioco solo in un certo istante, altrimenti i conti energetici non tornano. Ho iniziato a cercare questa informazione e l'ho trovata. Può essere sintetizzata nell'espressione: "Tu devi morire". Questo cambia tutto quanto il processo, facendoci invecchiare e poi morire. Ovviamente questa espressione sintetica esprime un insieme di componenti che includono Dati, Energia, Campi EM e una Informazione. Vedremo nel dettaglio questo cambiamento.

È possibile cancellare un'informazione? No, non è possibile. Si possono cancellare i dati, ma non le informazioni. Capirete bene questa affermazione solo dopo aver letto il successivo paragrafo dove spiego la differenza tra questi due termini. Cosa si può fare per cambiare un'informazione? Sostituirla, che è qualcosa di diverso dal cancellarla. Al contrario di quanto sostengono molti "coach" nei social e nei loro corsi, ci si può mettere tutta la forza di volontà mentale o tutte le meditazioni che volete, ma nessuno ha la possibilità di cancellare un'informazione, né appena è stata creata né dopo che ha generato un'idea. Spiegherò meglio nei prossimi capitoli la differenza tra "idee" e "pensieri" e anche perché questa informazione entra in gioco solo nel passaggio da morula a blastula, e non prima.

Da ciò sono nati i comandi alle cellule. Perché comandare le cellule? Perché vogliamo sostituire l'informazione pre-

sente con una nuova, che daremo attraverso il comando. In un 20% dei casi ci riusciremo. Solo un 20% perché magari a livello inconscio siamo convinti che non è possibile raggiungere risultati così incredibili. Perché usare la propria voce? Non esistono due persone che hanno la stessa voce, e, oltre questo, sia le cellule, sia il DNA, sia l'acqua nel corpo riconoscono immediatamente la nostra voce. Sono state fatte importanti scoperte al riguardo.

Cito questo articolo intitolato *“Voice for Health: The Use of Vocal Biomarkers from Research to Clinical Practice”*<sup>17</sup> di Guy Fagherazzi, Aurélie Fischer, Muhannad Ismael, e Vladimir Despotovic, la cui sintesi è:

«Le malattie possono colpire organi come il cuore, i polmoni, il cervello, i muscoli o le corde vocali, che possono quindi alterare la voce di un individuo. Pertanto, l'analisi vocale tramite l'intelligenza artificiale apre nuove opportunità per l'assistenza sanitaria. Dall'utilizzo di biomarcatori vocali per la diagnosi, la previsione del rischio e il monitoraggio remoto di vari esiti clinici e sintomi, offriamo in questa recensione una panoramica delle varie applicazioni della voce per scopi legati alla salute. Discutiamo il potenziale di questo ambiente in rapida evoluzione dal punto di vista della ricerca, del paziente e della clinica. Discutiamo anche delle principali sfide da superare nel prossimo futuro per un uso sostanziale ed efficiente della voce in ambito sanitario».

Sulle regole per creare i comandi è dedicato un apposito capitolo, mentre sull'importanza dell'analisi vocale tornerò nella parte finale del libro.

---

17 <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8138221/> (ultima consultazione 17/11/2025)