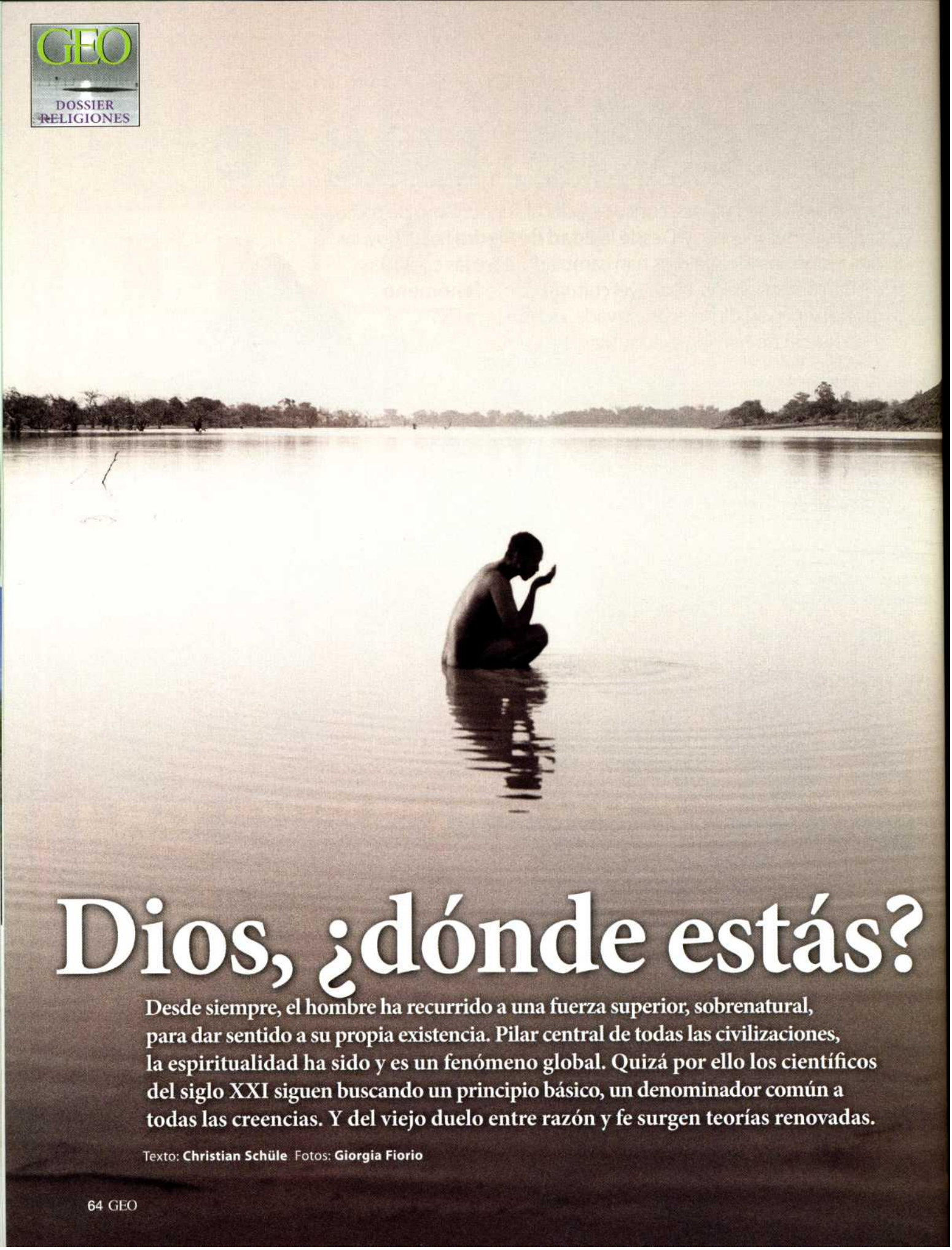
Cuestión de fe

La espiritualidad parece consustancial al ser humano de todas las civilizaciones y épocas. Desde la **Edad de Piedra** hasta hoy, las circunstancias y los valores han cambiado, pero las creencias no han desaparecido. Ni a nivel cultural, como **fenómeno global**, ni en su dimensión privada, donde la razón y la **ciencia** no han logrado suplantarla.

PÁGINA 64 Budismo, hinduismo, islam, cristianismo... ¿Cuál es el denominador común de todas las religiones? La ciencia indaga.

PÁGINA 84
Hace 35.000 años, hechiceros y chamanes fueron mediadores entre los hombres y el mundo del Más Allá.

PÁGINA 88
Dividido entre Israel y los territorios palestinos, el castigado pueblo de los samaritanos lucha para no desaparecer.



Dios, ¿dónde estás?

Desde siempre, el hombre ha recurrido a una fuerza superior, sobrenatural, para dar sentido a su propia existencia. Pilar central de todas las civilizaciones, la espiritualidad ha sido y es un fenómeno global. Quizá por ello los científicos del siglo XXI siguen buscando un principio básico, un denominador común a todas las creencias. Y del viejo duelo entre razón y fe surgen teorías renovadas.

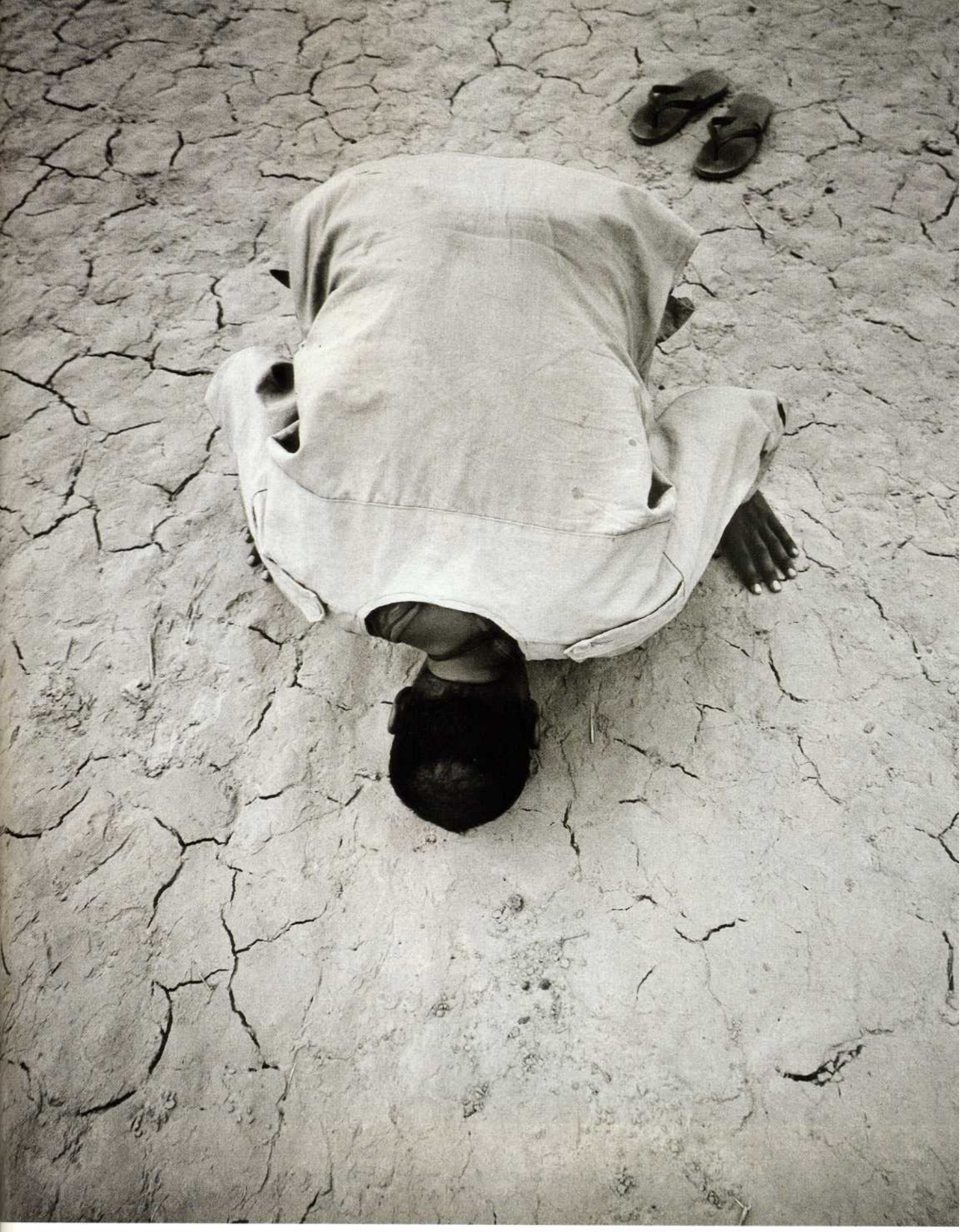
Texto: **Christian Schüle** Fotos: **Giorgia Fiorio**

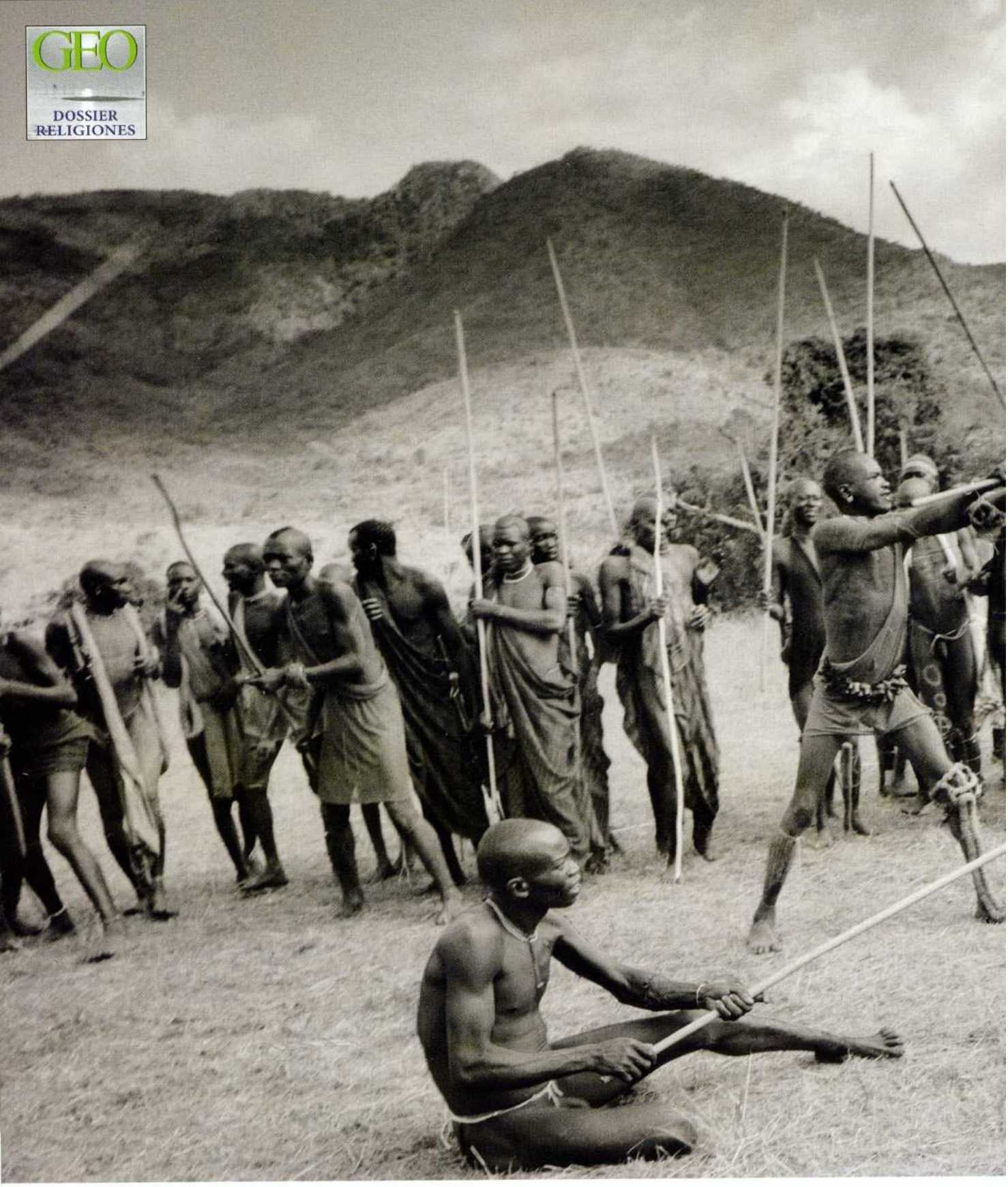
AGUA, SÍMBOLO DE PUREZA
El budista Yamabushi reza debajo de una cascada, en Japón. A la izda: un creyente musulmán realiza las abluciones en un lago de Malí.

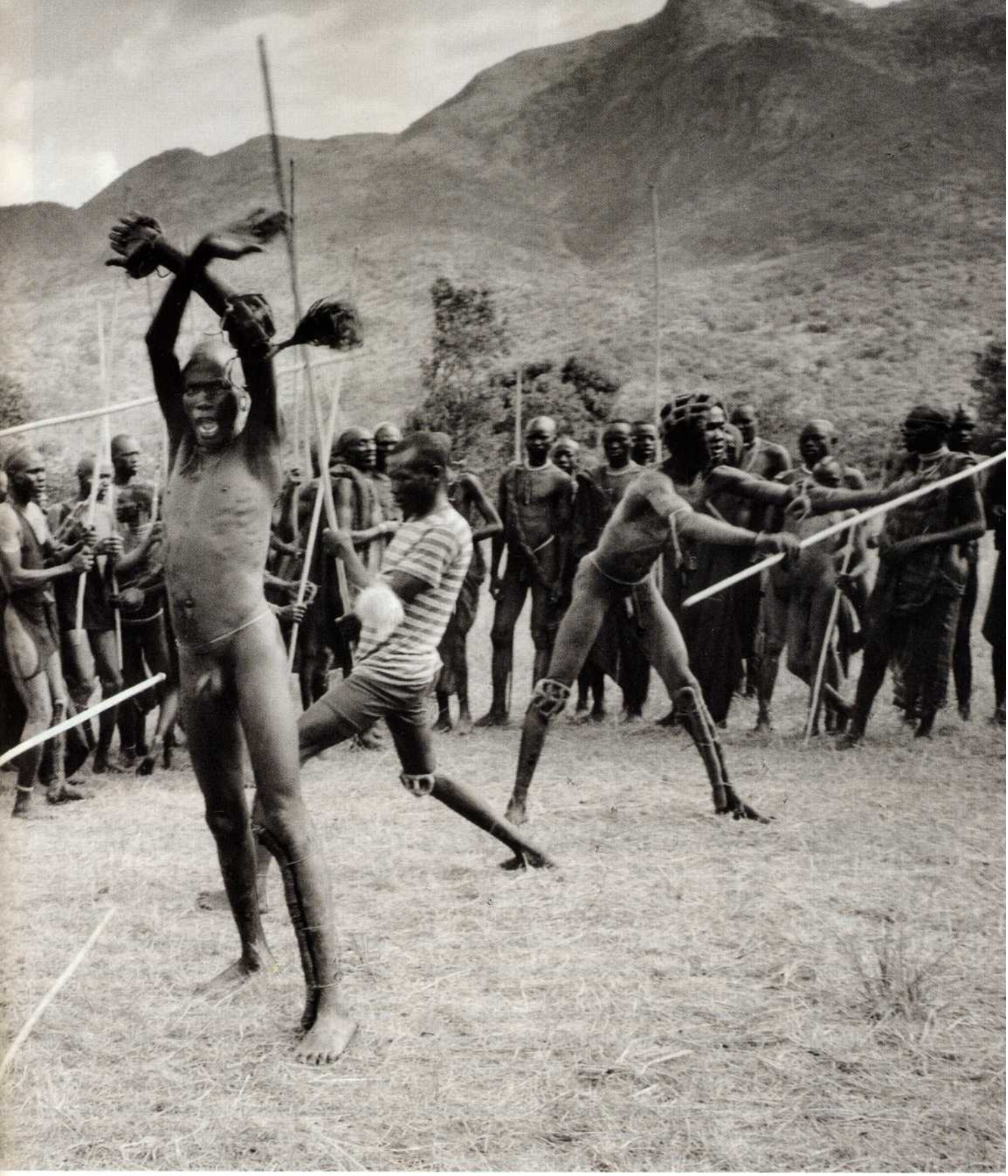
TRAVESÍA HACIA LA PURIFICACIÓN COLECTIVA
70 millones de hinduistas acudieron en 2001 a la fiesta Kumba Mela, en Allahabad (India). Nunca antes habían asistido tantos fieles al gran ritual de limpieza en la ciudad a orillas del Ganges. Unos llegaron a pie, otros en carros, autobuses o coches y otros, apretujados en barcazas. La próxima gran celebración será en 2013.

LAS MUCHAS CARAS DEL ISLAM

En la mezquita Aladdin, en la ciudad turca de Konya, los derviches giran, giran y giran sobre sus pies, siguiendo una estricta coreografía, hasta alcanzar el estado de trance (sobre estas líneas). Estos hombres son representantes de un movimiento islámico sufí (místico), que nació en el siglo VIII. A la derecha: un miembro de la Guardia Nacional de Malí se postra en dirección a La Meca para realizar la oración del mediodía sobre la arena cuarteada del Sáhara. El islam, que además de valores religiosos comprende un sistema de principios jurídicos y políticos, obliga a sus seguidores a orar cinco veces al día. Previamente al rezo, han de purificarse con un lavado de manos y pies.







ENTRE LA DANZA RITUAL Y LA LUCHA

Los hombres de la etnia surma danzan para agradecer la buena cosecha, armados con unas largas varas llamadas *donga*. Como animistas, estos habitantes del sur de Etiopía creen en una naturaleza llena de espíritus. Lo que comienza siendo un baile ritual puede convertirse en un brutal combate cuando los participantes intentan defender su honor y demostrar su virilidad.

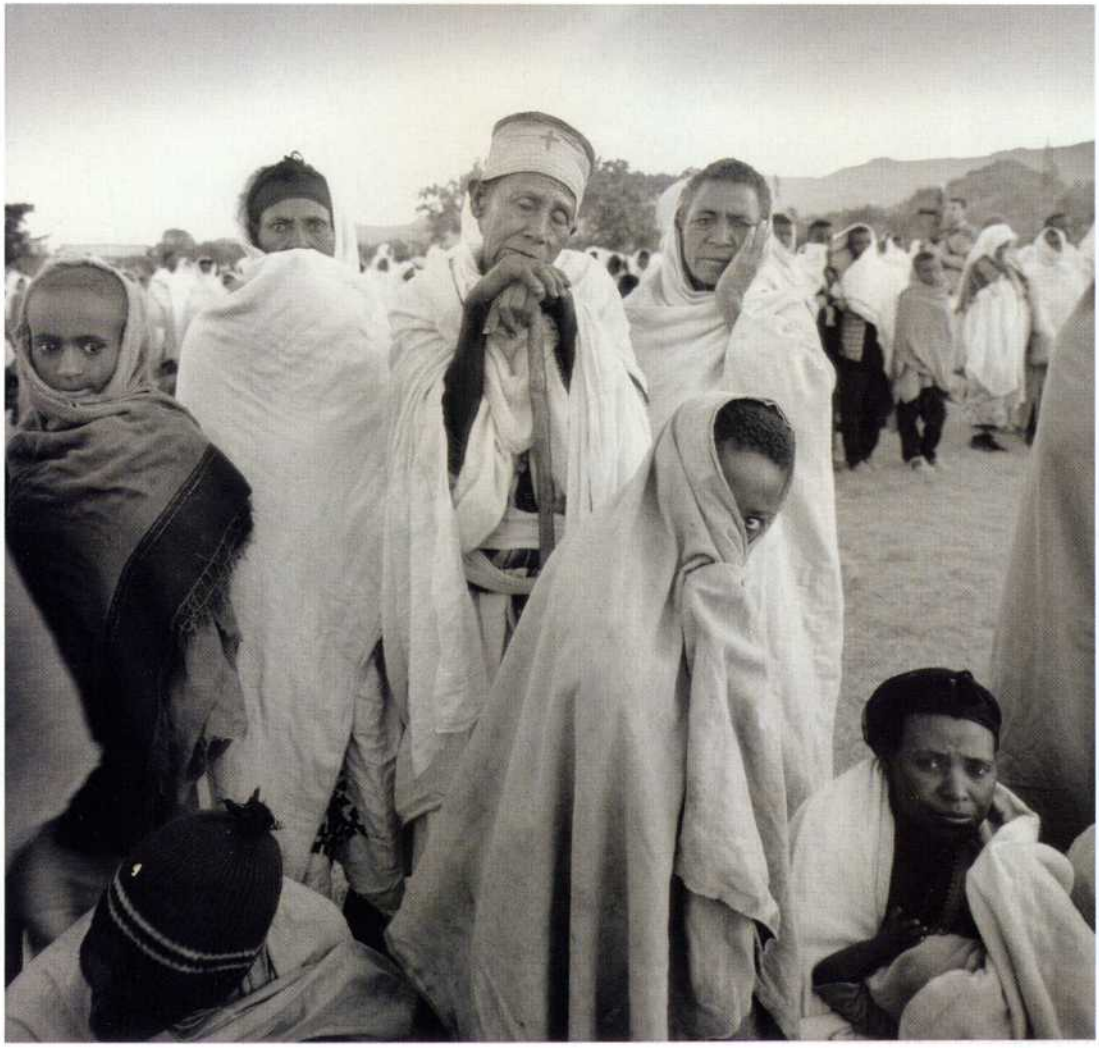
EL SIGNO DE LA CRUZ Durante la celebración del Timkat, muchos etíopes devotos se tatúan en la frente una cruz para toda la vida. Son cristianos coptos que conmemoran el bautismo de Jesús en el río Jordán. Esta importante fiesta se celebra en Lalibela, pequeña ciudad sagrada en el norte de las tierras altas.

Vinieron para confirmar su fe y buscar sentido a la existencia. La visita del Papa Benedicto XVI, en julio de 2008, fue para Australia el acontecimiento más emocionante desde los Juegos Olímpicos de 2000. Una misa al aire libre fue, con más de 200.000 peregrinos de 170 países, la mayor de la historia del país. El Papa, ¿una estrella? Sí. Porque el hombre de hoy demanda mitos, ritos y autoridad, una figura fiable y veraz que lo guíe. Como máximo representante de la Iglesia católica, la institución global más antigua, el Papa responde al deseo de veneración ritual.

El Dalai Lama, ¿una estrella? Sólo una de las numerosas escuelas del budismo lo venera como líder espiritual. No obstante, Tenzing Gyatso, el Dalai Lama número 14, se ha convertido en las últimas décadas en el personaje budista más importante del mundo. Encarna una filosofía que suscita gran interés en Occidente y encuentra cada vez más adeptos. Pero el Dalai Lama recomienda a sus seguidores en todo el mundo: "Sigan fieles a la religión de su cultura", porque piensa que el budismo tibetano es para los occidentales una especie de "última salida".

¿Por qué las Iglesias tradicionales no se benefician más del anhelo por encontrar un hogar espiritual? ¿Por qué se erosiona la cristiandad como institución, con sus alrededor de 2.100 millones de fieles, frente al islam (1.300 millones) y el hinduismo (800 millones)? La respuesta es que entre religión y religiosidad hay una diferencia importante. La primera es la forma del comportamiento religioso heredado de la comunidad; la segunda es la experiencia espiritual del individuo.

Las ramas de la espiritualidad brotan como nunca. La modernidad es un supermercado con un amplio surtido de ofertas de fe y salvación. Hoy, cada uno puede aspirar a su reino de los cielos privado. El hombre no busca la seguridad sólo en un Dios, tiene muchas posibilidades: la reencarnación budista, el animismo de los chamanes, el carisma evangelical, el pensamiento positivo, los ángeles de la guarda, hechiceros... Las "so-



UN DÍA ANTES
En la ciudad etíope de Lalibela, un grupo de monjes y monjas, de confesión cristiana copta, se reúne la tarde anterior de la celebración del Timkat para una vigilia.

La razón no da la felicidad. Hay un sentimiento de que el mundo se ha quedado sin alma, despojado de sabidurías eternas

ciedades de opciones múltiples" crean una fe con opciones múltiples: "La adscripción religiosa del individuo no es un hecho irrefutable", escribe el sociólogo estadounidense Peter Berger, "no es una condición inmutable, como la genética; es producto de su proceso de construcción y constitución de su mundo y su yo".

Para seguirle la pista a la religiosidad, el catedrático norteamericano de psicología William James propuso en 1902 buscar las "experiencias primigenias" de las que parten todas las religiones. Así uno puede preguntar en qué se basan el cristianismo, el islam, el judaísmo, el budismo, el hinduismo, el confucianismo, el taoísmo, el sijismo, el shintoísmo y las religiones animistas. Es decir, buscar el mínimo común denominador de la religiosidad. ¿Por qué cree el hombre?

Aunque hayan cambiado las circunstancias sociales y los valores, la fe no desaparece. Está inmersa en una sociedad mediatizada, en una época en la que suceden acontecimientos incontrolables, irracionales y peligrosos: tsunamis, sequías, inundaciones, terremotos, gripe aviar, sida, terrorismo, miedo... Es un ataque a la confianza que las sociedades anteriores depositaron en la sabiduría divina y que el mundo de hoy tiene en la ciencia y la tecnología. O mejor dicho: solía tener. Cuando el mundo moderno está fuera de control (la bolsa se desploma, crece el paro, surgen epidemias...), también desaparece nuestra fe en que el mundo se pueda controlar racionalmente. La "desmitificación del mundo", vaticinada a principios del siglo pasado por uno de los padres de la sociología, Max Weber, no se ha ▷

La modernidad es un supermercado con un amplio surtido de

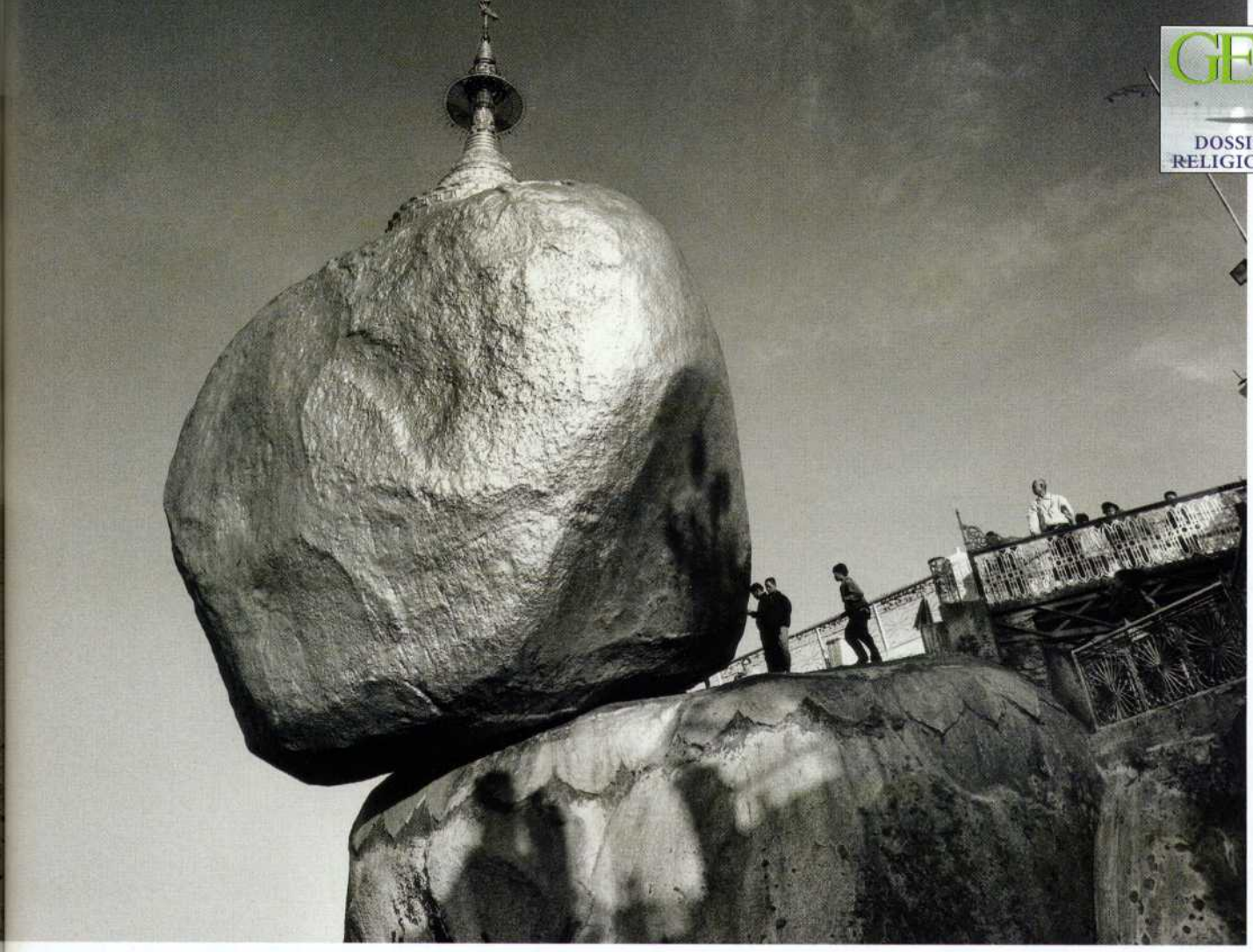
SUMISIÓN DE NIÑOS Y ANCIANOS
Dos pequeños de la tribu hamar, en el sur de Etiopía, se pintan el cuerpo para ciertos ritos (sobre estas líneas). Arriba: peregrinos en la celebración hinduista del Sagar Mela, en el río Ganges. Arriba a la dcha: una mujer budista del Tíbet se dirige en peregrinación a la montaña sagrada Kailash, su centro del mundo.

producido. El hombre del siglo XXI se rebela contra la "petrificación mecanizada" de un mundo aprehendido de forma racional. Hoy, en pleno auge de la sociedad del saber, la religiosidad y la fe ocupan un lugar importante en la agenda de la cultura y la ciencia. Cuanto más creemos saber, menos creemos en el saber. Así surge la antigua búsqueda de respuestas a las preguntas existenciales: ¿quién soy?, ¿cuál es el sentido de la vida? Para el hombre es insoportable la idea de que es producto del azar, intercambiable y prescindible. El ser humano sabe que existe, pero que no existe necesariamente.

NACIMIENTO, VIDA, SUFRIMIENTO, MUERTE. ¿Y después? Quien pregunta necesita una explicación para aguantar el hecho de no ser necesario. ¿Será que sólo la fe hace que uno soporte que es producto de la casualidad? No se puede vivir sin un horizonte subjetivo que dé sentido. El ser humano busca una última razón de la que no dudar. Quiere entender lo que le ocurre; comprender para explicar; explicar para predecir; predecir para controlar lo predicho.

Nunca tantas personas se han preguntado por el sentido de la vida de forma tan radical como hoy. ¿Por qué existe el mal? ¿Por qué la existencia tiene un lado oscuro: catástrofes naturales, guerras, terrorismo, miedo? A las Iglesias establecidas y sus congregaciones les resulta difícil dar respuestas satisfactorias. La fragmentación del mundo le ha arrebatado al sujeto informado casi cualquier ilusión de que pueda existir algo que mantenga unido al mundo en lo más profundo. Hoy en día no vale nada porque todo vale. El relativismo es el precio del pluralismo. Por eso, el individuo anhela lo incontable, el factor que no se pueda medir. Anhela la fe como experiencia subjetiva. Y un sentido de la vida que vaya más allá del "más rápido, más lejos, más..."

La experiencia espiritual no se expresa con palabras ni se encierra en dogmas. Los derviches del sufismo islámico bailan hasta que su yo los abandona; los budistas meditan sobre el vacío en que ya no existe ningún pensamiento necesidad; los chamanes se transfor-



ofertas espirituales. Cada uno aspira a su reino de los cielos

man para comunicarse con los eternos espíritus del agua, la piedra y los árboles. Siempre se trata de una sola cosa: la transformación de la conciencia. Superar el yo terrestre gracias a la máxima concentración. El espíritu y el alma en total armonía. Captar lo Uno de forma intuitiva. Experimentar a Dios.

Los fieles del futuro serán místicos, según vaticinan muchos teólogos. El misticismo es la experiencia de unidad con un ente superior, alcanzada mediante el trance, la meditación o la oración. El hombre de hoy, educado según los principios de la causalidad y la racionalidad, anhela experiencias directas. En un mundo mediatizado hay una imagen preconcebida para cada mirada, y un sentimiento ya descrito para cada experiencia. Por el contrario, en la experiencia mística de la unión, el hombre es el medio. Se elimina el dualismo de cuerpo y espíritu; durante un momento, el individuo deja de sentirse superfluo y producto del azar. Quizá haya entrado en aquel *sancta sanctorum* de la experiencia por el que se definen todas las religiones.

En los puntos de quiebra de la historia, cuando cambian los paradigmas, cuando el hombre ha de redefinir sus valores, nacen los movimientos místicos. A finales del siglo XIX, en pleno auge de la industrialización, los espiritistas se comunicaban con el mundo sobrenatural. Tras la Primera Guerra Mundial, la ideología antroposófica ganaba adeptos. Después de la Segunda Guerra Mundial, mucha gente aturdida por el fascismo buscaba respuestas en las filosofías asiáticas, por ejemplo, el budismo. ¿Y hoy?

Los conceptos de la Ilustración (progreso, Estado, justicia) se tambalean. Se disuelven valores fiables como el matrimonio y la familia. La tasa de divorcios es más alta que nunca, al igual que el número de solteros. Por no hablar del desempleo. Se desmoronan las certezas de una biografía laboral predecible y la protección social estatal. Guerras y pobreza, ejes del mal: el proyecto de la modernidad está en un callejón sin salida. La razón se debilita, los mitos modernos se agotan: libertad, paz mundial, seguridad, solidaridad... ▷

PRODIGIO BUDISTA
Cuenta la leyenda que un pelo de Buda, escondido en la estupa superior, mantiene en equilibrio la Roca Dorada, situada en el monte Kyaikto de Myanmar. Sólo los hombres pueden atravesar la estrecha pasarela y decorar la piedra con pan de oro.

TIEMPO DE DOLOR Y REFLEXIÓN

Un hombre es crucificado durante el viernes santo en la aldea de San Pedro Cutud, al norte de Filipinas (sobre estas líneas). Con las manos clavadas en la madera, el peso corporal recae en los pies, apoyados en un saliente de la cruz. A lo largo de esta jornada, otros fieles se autoflagelan. La Iglesia católica ha excomulgado a algunos cristanos de esta zona por sus prácticas extremas. A la izda: un monje entra en un diálogo silencioso con Dios en una iglesia de Cracovia. Polonia es uno de los pocos países de Europa donde las congregaciones católicas no tienen que preocuparse por el futuro. En 2005, año en que murió el Papa Juan Pablo II, los seminarios registraron un verdadero *boom*.

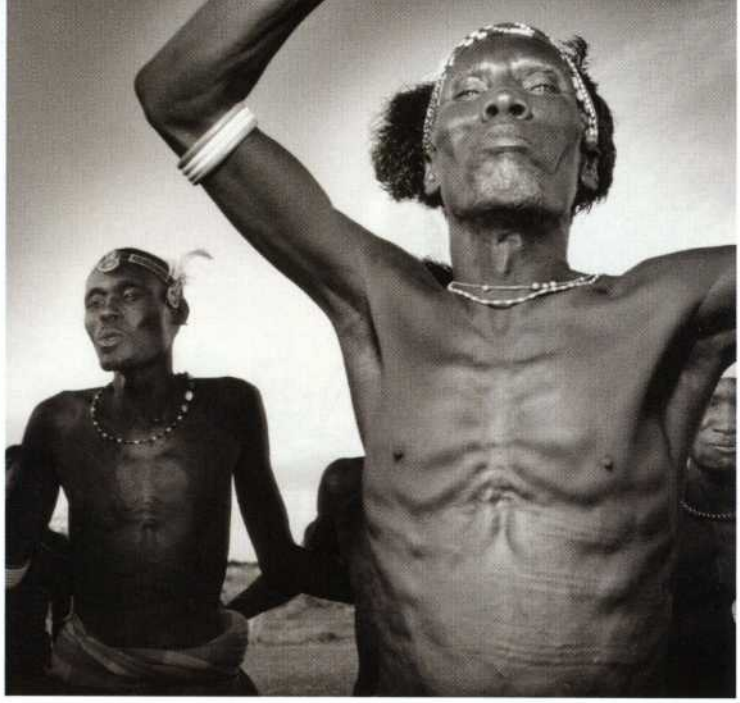
se plantea preguntas existenciales: "¿Qué es mi vida? ¿Qué sentido tiene? ¿Qué es lo que importa?".

Los psicólogos de la religión dicen que esta edad es la de la "conversión", cuando se considera que la fe constituye un valor espiritual. El ser humano tiene la capacidad de creer porque puede concebir lo contrario de la existencia: la nada. Pero esta experiencia lo vuelve solitario, inseguro y amenazado. Precisamente porque la mente humana es capaz de trascender, necesita seguridad y límites. El hombre cree porque necesita un hogar trascendental. Un cielo. Sus cuatro paredes metafísicas. Llamadas Dios. O razón de ser. O sustancia eterna. El espíritu único. La conciencia pura. Cada ser humano pensante quiere obtener respuestas.

SEGÚN LA PSICOLOGÍA EVOLUTIVA, LA RELIGIÓN es la única forma de comunidad capaz de reducir el egoísmo. La psicología de la religión, una disciplina joven, describe una de las ventajas que la fe ofrece al nivel de la biología evolutiva: como habitantes de una patria trascendental, los fieles afrontan mejor las adversidades de la vida diaria: quien cree es capaz de relativizarse a sí mismo. La ventaja: uno se siente mejor, siente consuelo porque puede confiar. El ser humano tiene la necesidad insaciable de relacionarse con algo superior. Creer en un ser protector le quita un peso de encima. El que cree se siente guiado y protegido.

Esto contradice lo que decía Sigmund Freud, que consideraba la religión una "neurosis forzada universal", puesto que los fieles intentaban controlar los impulsos sexuales mediante los rituales religiosos y las oraciones. Las neurosis "eclesiógenas", los desequilibrios y las depresiones eran consecuencia del miedo que inspiraba un Dios autoritario. ¿Qué fue de esta instancia suprema? La imagen de Dios se ha modernizado; al menos entre las personas menores de 40 años, Dios se ha vuelto menos autoritario. La devoción puede ser un diálogo en busca de consejos, no sólo la penosa confesión de los pecados. Los fieles ven la relación con Dios bastante más relajada que antaño, casi como si fueran compañeros. También los investigadores actuales piensan de forma más "práctica". ¿Qué ayuda al ser humano a superar sus problemas? ¿Qué le facilita la vida? Resulta sorprendente ver hasta qué punto el ser ▷

RUEGOS Y REZOS
Un penitente budista peregrina al monte Kailash (sobre estas líneas). Arriba: rito vudú en una piscina de barro en Plaine du Nord (Haití). Arriba a la izda: los jóvenes de la isla de Pentecostés (Vanuatu) se tiran desde una torre de 30 metros de altura para agradecer la buena cosecha. El ritual se llama salto de Naghol.



La fe capacita para afrontar las cargas emocionales, reducir el estrés y dar menos trabajo al sistema inmune

SACRIFICIO VALIOSO Baños purificadores en una cascada de Haití (sobre estas líneas). Arriba a la dcha: la tribu de los turkana, habitante del norte de Kenia, adora al dios Akuj, a quien sacrifica su posesión más valiosa: un animal. Bailes y cánticos acompañan la matanza.

humano de cualquier cultura sigue aceptando la opción de confiar en un ser celeste, sea amenazador o benigno. Pero quizá no pueda ser de otra manera. Por razones meramente fisiológicas.

EL ESPÍRITU ES MÍSTICO; LA EXPERIENCIA mística es biológicamente real, es decir, se puede medir de forma científica; la experiencia religiosa tiene bases neurofisiológicas. Por tanto, Dios es un producto del cerebro. Su morada es el lóbulo parietal. Ésta es la afirmación de una joven disciplina llamada "neuroteología", que trata de entender la religiosidad desde una base biológica. El neurólogo estadounidense James Austin relaciona los estados de "iluminación" con una reducción de la actividad en varias zonas cerebrales subcorticales, causada por la meditación. El canadiense Michael Persinger sospecha que en los pacientes con epilepsias del lóbulo parietal existe una conexión (empíricamente no demostrada) entre ciertas visiones, percepciones olfativas y fantasías místicas. Por eso las experiencias religiosas se deben a minúsculos ataques de epilepsia. Los neuropsiquiatras californianos Jeffrey Saver y John Rabin opinan que los ataques epilépticos pueden originar sentimientos de éxtasis, temor religioso y conversión, vivencias "fuera del cuerpo" y la percepción de la presencia de Dios. ¿O sea, la espiritualidad no es más que una anomalía del lóbulo parietal?

El radiólogo Andrew Newberg afirma que existe una raíz biológica de todas las experiencias religiosas y un origen biológico de todos los anhelos espirituales. Lo mismo decía el ya fallecido catedrático de psiquiatría Eugene d'Aquili. Ambos escriben en tono divulgativo: "Dios encuentra un camino hacia nuestra cabeza: a través del sistema nervioso del cerebro".

Los pensamientos de Newberg y d'Aquili son tan simples como geniales. Así es su afirmación: "Todas las religiones se basan en mitos; en cierto sentido, el lóbulo parietal es una importante pieza del centro cerebral donde nacen los mitos". Los rituales pueden provocar estados de unión trascendental que tienen un efecto sobre el hipotálamo. Durante la meditación, se reduce el flujo de estímulos a través del hipocampo, que filtra las reacciones del cerebro, sean de relajación o excitación. Los procesos neurológicos llevan a experiencias sentidas que pueden ser medidas. Es decir, el cerebro crea su propio Dios. La religiosidad, según afirman Newberg y d'Aquili, es un fenómeno tan unificado que se puede determinar la existencia de una región cerebral idéntica en personas provenientes de distintas religiones y culturas. Sin embargo, es una perogrullada recalcar que las emociones religiosas, como todas, tienen una base neuronal. Es muy atrevido basarse en la actividad de una determinada zona cerebral para sacar conclusiones sobre la religiosidad, y deducir por esta actividad cerebral que Dios es inmanente al ser humano. Como mucho, los resultados de la investigación cerebral llevan a suponer que las experiencias religiosas son vivencias emocionales intensas, situadas debajo de

EQUILIBRIO INTERIOR **Un yogui realiza ejercicios de meditación sobre una plataforma a orillas del Ganges, a su paso por Varanasi (Benarés). La filosofía del yoga tiene sus raíces en el hinduismo y partes del budismo.**

la corteza cerebral, en el sistema límbico, la región cerebral más antigua desde el punto de vista evolutivo.

Aunque uno puede asumir que los estados religiosos se manifiestan en el sistema límbico, es un error equiparar la vivencia religiosa del individuo con experiencias místicas unificadas. Además, es metodológicamente ilícito mezclar suposiciones metafísicas (la existencia de Dios) con operaciones físicas (mediciones cerebrales con tomografías de emisión de fotones). Con estas condiciones, ¿es posible que haya un valor normativo para la experiencia mística y, por lo tanto, para la fe? Sí, si uno cree que la base de citosina del gen VMAT2 alberga a Dios.

El biólogo molecular Dean Hamer fue el primero en atreverse a proclamar en 2004 que hay un gen de Dios. Según él, la religión se basa en tradiciones culturales que se aprenden o imitan. La fe, sin embargo, es instintiva, por lo que la espiritualidad formaría parte del genoma humano. El ser humano cree porque sus genes no le dejan otra opción. Pero Hamer sabe que incluso si se conociera la función bioquímica de todos los genes, no se sabría cómo interactúan para construir una herencia tan compleja como la espiritualidad. No obstante afirma que "entre el 40 y el 50% de la autotrascendencia es hereditario". Investigadores serios dicen que estas teorías son puro marketing. No obstante, Hamer asegura que "una de las tareas más importantes de los genes de Dios en la selección natural es abastecer al ser humano de optimismo". O sea, ¿de salud mental?

El psicólogo estadounidense David Larson, por ejemplo, ha buscado una relación entre fe y salud psíquica. En un 84% de los casos, la religiosidad favorece ▷

Algunos científicos consideran que la experiencia religiosa tiene bases neurofisiológicas. Dios es un producto del cerebro

EJERCICIOS ESPIRITUALES
Ceremonia cristiana copta en la catedral de San Gabriel, situada en la ciudad etíope de Lalibela (sobre estas líneas). A la dcha arriba: derviches del grupo Cag das Asiklar. A la dcha abajo: entrenamiento del club universitario de sumo Meyij.

la salud, en el 13% no influye y sólo en un 3% tiene consecuencias negativas. Pero también habría que analizar las condiciones de vida de las personas que viven con valores estables religiosos. Los creyentes fuman y beben menos y consumen menos drogas. Reciben apoyo en sus parroquias y, cuando están enfermos, cuentan con su familia. Al parecer, la fe les capacita para afrontar mejor las cargas emocionales, reducir el estrés y dar menos trabajo al sistema inmune. La salud sería la consecuencia de la religiosidad, no la causa.

Si actuar según estrictas reglas religiosas tiene un efecto positivo en el corazón y la circulación, como constató un estudio israelí, la fe podría proteger de problemas físicos. Si esto fuera verdad, uno podría concluir que la fe no sólo es capaz de generar un bienestar subjetivo, sino que también es una ventaja evolutiva. Si la fe es buena para el bienestar del individuo, también lo es para la comunidad, afirman los economistas estadounidenses Robert Barro y Rachel McCleary, que han comparado el crecimiento económico de varios países con datos sobre las convicciones religiosas de la población. Una sociedad cuyos conceptos religiosos fomentan la sinceridad y la honradez, dicen, tiene que gastar menos recursos en luchar contra estafadores, criminales y corruptos.

SEGÚN BARRO Y MCCLEARY, la religiosidad influye en la ética del trabajo de los ciudadanos. La ecuación es: trabajar duro puede considerarse pío, lo que da origen a un PIB más alto, que aumenta la prosperidad. Esto plantea una pregunta política: ¿puede una sociedad o el mundo funcionar sin fe? Ningún sistema funciona sin la confianza de la gente. El sistema es una especie de verdad objetiva, y su capacidad de funcionar es vital. La analogía entre los sistemas económico y religioso, entre dinero y fe, es sorprendente. El *homo naturaliter religiosus*, cuyo espíritu busca explicaciones sin cesar, cree porque no puede ser de

MANANTIAL DE AGUA SAGRADA
Un peregrino hinduista en Swami, fuente del Ganges delante del monte Baghi.

otra manera. En este sentido, el hombre es religioso por naturaleza, porque confía por naturaleza. "La confianza en la realidad pertenece al equipo básico del ser humano", dice Ernst Pöppel, especialista en el cerebro. El ser humano necesita fiarse de la estabilidad de su entorno. Sólo así tiene la seguridad necesaria para vivir. Y la fe es la confianza primigenia: es así en todas las religiones del mundo. Si el hombre cree para eliminar el azar, alcanzar un estado de conciencia superior, trascenderse a sí mismo y fundirse con el todo, la fe es la expresión de una voluntad existencial, imprescindible para estar seguro de sí mismo. El hombre cree para saber que existe. La pregunta sobre quién cree también significa: ¿en quién confía? ¿Qué ama? ¿En quién deposita sus esperanzas?

Un mundo sin lo que las culturas llaman Dios no puede existir mientras el hombre tenga la capacidad de diseñar a este Dios. Mientras haya seres humanos, habrá imágenes, símbolos, rituales y la experiencia de la trascendencia. Creyendo en lo sagrado como un todo, el individuo participa de lo sagrado. La fe en el carácter sagrado de la persona implica la aceptación de su dignidad, y por tanto, de los derechos humanos. Así, la fe también podría ser moralmente valiosa: el hombre cree porque posee la capacidad intelectual de crear mitos. Y la fantasía para crear estados ideales cambia las situaciones existentes. El anhelo por las experiencias religiosas sería el anhelo por una ética de la dignidad.

Quizá la ética de los derechos humanos sea la religión de la modernidad tardía. La fe es el don de esperar que los paraísos se hagan realidad, es la esperanza de un orden ideal del mundo que llegará algún día. De la paz. Interior y exterior. G

La fotógrafa **Giorgia Fiorio** ha trabajado durante siete años en su proyecto gráfico sobre comunidades religiosas del mundo. Desde que terminó sus estudios de filosofía, **Christian Schüle** se ha especializado en la relación entre saberes racionales y fe.