

## 神经分布——一个敏感话题

如果我们全身皮肤都很敏感，那就麻烦大了。

没有什么威胁比“挠痒怪兽”更可怕了。你永远不知道它何时会发动攻击，只需片刻就能让你笑得瘫倒在地。但为什么“挠痒怪兽”如此有效？为什么某些部位比其他部位更怕痒？答案与神经分布有关。

皮肤上的痒点凸显了皮肤的一个设计特点——并非所有区域都相同。你皮肤的不同部位对周围世界的敏感度差异巨大。

### 感觉神经元分布

这些差异源于不同的“感觉神经元分布”。简单来说，就是你皮肤的某些部位比其他部位拥有更多的神经末梢。身体各个部位的神经分布也不尽相同。你的指尖比手掌拥有更多的神经末梢，手掌又比前臂拥有更多的神经末梢，以此类推。

你有没有注意到，妈妈给你量体温时是用脸颊而不是手背？或者用脚感受泳池水温和把头浸入水中感受水温的感觉不一样？

皮肤上神经末梢越密集，对温度、压力和振动就越敏感。例如，腿后侧的皮肤可以感受到书页上的凸起，而指尖则可以分辨盲文字母。

上帝设计我们的大脑是为了在有限的空间内处理大量信息。皮肤上神经越多，大脑就需要更大的区域来解读这些信号。此外，如果所有区域都像指尖一样敏感，持续不断的信息洪流就会让我们不堪重负。因此，造物主进行了优先级排序，使我们的指尖、手和脸比上臂、背部和腿部更加敏感。

## 焦点滤镜

除了定向神经支配之外，我们的大脑还拥有惊人的能力来抑制过度刺激。这会带来一些有趣的现象。例如，你现在能感觉到你的袜子吗？嗯，现在你脑海里想着它们，你可能就能感觉到了。但你今天早上穿好衣服后，可能就忘记了衣服的触感。如果你仔细想想，就能感觉到它们的质地，但你必须集中注意力。你的大脑会过滤掉它认为不重要的信息——比如感受衣服的触感——这样你就可以专注于更重要的事情。

反过来也一样。我们的大脑能够“感觉”到已经不存在的东西。失去手臂或腿的人常常会经历幻肢痛。这是因为他们的大脑会告诉他们，他们的胳膊或其他缺失的身体部位仍然疼痛或发痒。大脑已经习惯于接收来自全身的持续不断的“背景”信号，所以当某个部位被移除时，它很难分辨出为什么这些信息会缺失。

上帝精心创造了我们，细致入微地关注着我们身体的每一个部分，甚至包括我们的皮肤（约伯记 10:11）。虽然看起来都一样，但我们皮肤的每个部分都各司其职，从额头到脚趾，从右侧到左侧，各有其独特的功能。你身体的每一个部分都美丽而独特，都是为了完成上帝预定的旨意，就像你本人一样。

## 自己动手试试吧……

你可以借助朋友和一些常见的家用物品，测试一下感觉神经元在你身体上的分布是否均匀。只需将回形针弯成“U”形，再准备一把毫米尺，就可以进行你自己的两点辨别测试了。

闭上眼睛，让你的朋友用回形针的两端轻轻戳你手背的皮肤。你能把回形针的两端放多近才能感觉到两个不同的点？测量这个距离，并与你手指、手臂、额头、小腿和背部的敏感度进行比较。让你的朋友也做同样的测试，并比较结果。

你皮肤的哪些部位最敏感？哪些部位最不敏感？你的右侧比左侧更敏感还是更不敏感？

读完这篇文章，你心里是否有一些触动？有没有一些新的想法，或者值得你认真思考的问题？或许，你也开始重新思考自己的信仰和人生的方向。

如果你愿意，现在就可以向上帝祷告，打开心门，成为祂的儿女。祷告不需要华丽的言辞，只要一颗真诚的心。你可以这样祷告：

天父上帝，

今天我来到你面前，愿意立定心志，宣告我相信耶稣基督是我的救主，是我生命的主。我愿意离开过去那些不讨你喜悦的生活方式，求你赦免我的过犯。靠着你的恩典，帮助我学习顺服你、爱人如己，活出你所赐的新生命。求圣灵每天引导我、扶持我，使我一生荣耀你的名。奉主耶稣基督的名祷告，阿们。

如果你已经做了这个祷告，愿你知道，你并不孤单。信仰的道路需要陪伴和成长。鼓励你在自己居住的地方，寻找一间合适的教会，与弟兄姐妹一同聚会、学习和成长。

如果你有任何疑问，或在信仰上需要帮助，欢迎随时写信与我们联系。我们愿意倾听，也愿意与你一同前行。