

痛苦有好处吗？

痛苦帮助我们在这个堕落的世界中生存，但上帝从一开始就设计我们去感受痛苦吗？

哎哟！女儿被玫瑰花刺了一下，立刻缩回了手指。哎呀！儿子光着脚一碰到被太阳晒得滚烫的露台，就吓得跳了起来。这种反射性的反应其实是一种恩赐，它促使我们在危险来临的第一时间就及时躲避，避免造成更大的伤害。

疼痛能保护我们免受更大的伤害——不仅是外在的伤害，也包括内在的伤害。例如，阑尾发炎的疼痛常常促使我们在阑尾破裂前寻求医疗救治。作为一名医生和基督徒，我见过无数这样的案例：在这个充满罪恶的世界里，疼痛反而帮助了許多人。

然而，痛苦仍然会引发一些自然而然的问题。上帝是否从一开始就设计我们去感受这一切痛苦，甚至在亚当堕落之前？为什么有时即使根本问题已经消失或没有明显的原因，痛苦仍然会困扰人们？

人体解剖学基础

从人体解剖学来看，上帝显然设计我们具备感知和回应周围环境的能力。虽然我们通常将感知疼痛刺激的神经末梢称为“痛觉感受器”，但这种简化的描述并

不完全准确。我们身体的大部分区域都分布着丰富的非特异性神经末梢，帮助我们感知周围的世界。

除了大脑之外，你身体内外几乎所有地方都分布着这些受体。它们尤其常见于皮肤、动脉壁内壁、关节处以及覆盖骨骼的组织（称为骨膜）中。它们能够感知温度、压力、拉伸、化学物质以及许多其他物质。这些化学物质包括酸以及炎症组织产生的物质。

当刺激超过某个阈值时，身体就会将这些信号解读为疼痛。这其实是件好事，否则我们就无法知道该如何制止它。

传递疼痛信号的神经末梢被称为*伤害感受器*，因为它们能够检测“有害”刺激。一旦伤害感受器受到刺激超过疼痛阈值，神经冲动就会传递到脊髓，然后到达大脑。最先到达脊髓的信号沿着快速的神经纤维网络（这些纤维被一种叫做髓鞘的物质包裹）传递，因此脊髓即使在信息到达大脑之前也能迅速产生反射反应。这会导致相应的肌肉几乎瞬间做出反应，躲避危险。

除了引发反射反应外，同一组专门的神经网络还会将疼痛刺激的感知传递到大脑。

皮肤作为我们的第一道防线，遍布着伤害感受器。它们负责将信息传递到大脑的特定区域，帮助我们精确定位疼痛刺激的来源并将其消除。即使我们没有意识

到，大脑也会发出信号，让身体保持静止或收紧附近的肌肉，这些保护性动作旨在防止进一步损伤或促进恢复。

与此同时，由无髓鞘神经纤维组成的网络会以稍慢的速度将疼痛信息的第二种形式传递到大脑。这就是所谓的“慢痛”。来自这些较慢感觉神经纤维的信息会传递到大脑的多个区域，以多种方式让我们注意到疼痛。然后，大脑可以迅速制定计划，防止进一步的损伤。

这些精心设计的系统清楚地表明了那位睿智的造物主，他满怀爱意地创造了我们，让我们在祂的世界中茁壮成长，即使这个世界充满了诅咒。

我们的内脏器官并不需要像外在器官那样快速反应。仔细想想，当内脏器官处于危险之中时，你其实并不需要立刻行动；它们本身就受到保护，免受外界威胁。相反，我们的内脏器官需要的是长期的维护。因此，它们包含大量通往大脑的慢速神经纤维，在大脑中，你可以制定下一步的行动计划。这就解释了为什么内脏器官的疼痛可能比脚趾被撞到更难准确定位。

这两个精心设计的系统清楚地表明了那位睿智的造物主，他满怀爱意地创造了我们，让我们在他的世界中茁壮成长，即使这个世界充满了诅咒。

混合信号

不幸的是，器官疼痛的传递过程中会出现一些问题。其中一种就是牵涉痛。我们的大脑有时会错误地将一个内脏器官的疼痛感知为来自身体其他部位的疼痛。例如，胆结石引起的疼痛有时会被感知为肩痛。或者，心脏病发作引起的疼痛有时会感觉像是来自左臂或下巴的疼痛。这是为什么呢？

研究仍在继续，但我们已经了解到，支配身体两个部位（即产生“牵涉痛”的部位）的神经在胚胎时期发育于同一位置；在成人人体内，这些神经仍然来自脊髓的大致相同位置。科学家认为，正是由于这一共同入口点的信号混乱，才导致了牵涉痛的发生。

疼痛没有原因吗？

许多人还饱受另一种问题的困扰：不明原因的疼痛。例如，患有三叉神经痛的患者，即使是轻微的触碰也会让他们感到剧烈疼痛。由于每个人对疼痛的感受和应对方式各不相同，因此确定病因十分复杂。

例如，在战斗中受的伤可能不会立即产生与在情绪不那么激动的情况下所受的伤相同的疼痛感。一位每天

工作中都会被扎破手指的裁缝，可能要等到流血后才会感觉到疼痛。

为了寻找解决方案，研究人员对疼痛有了更深入的了解。感觉神经系统必须巧妙地维持平衡。感知疼痛的受体也同样能够感受阳光洒在皮肤上的温暖，享受微风拂面的惬意，或是感受爱人手的抚摸。

身体是如何在痛苦和快乐之间切换的？我们对此知之甚少，但有一些线索。我们感知周围环境的能力是一件好事，在人类堕落给世界带来苦难之前，我们当然拥有这种能力。但堕落改变了我们对世界的感知。

寻找更有效的止痛方法的研究为控制甚至消除某些形式的疼痛和痛苦带来了希望。然而，由于亚当的罪，疼痛是无法避免的现实。

感谢神，圣经启示我们，我们的创造主是良善的。短暂的悲伤是通往美好长远结局的途径。创造主耶稣基督道成肉身，成为人，像我们一样经历痛苦（希伯来书 4:15），祂渴望永远地除去我们的痛苦（启示录 21:4）。但祂会在祂的时间里，为了祂的荣耀成就此事。在此之前，我们必须信靠祂（罗马书 8:28）。

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。