

# 藏在市中心的博物馆，收获了「大批」黑粉

这家黑色博物馆，记录了许多抑郁症、强迫症、读写障碍症等患者的故事

没有人喜欢黑粉，但他却拥有许多的“黑粉”。

Alex是一名策展人，在寸金寸土的上海市中心，他开设了一家黑色博物馆，记录了许多抑郁症、强迫症、读写障碍症等患者的故事。或许是猎奇，或许是不为人知，这座面积不大的博物馆火出圈的同时，也在社交媒体上掀起了不小的讨论。

有人质疑，这个博物馆在以抑郁症、精神分裂症等作为商业噱头，为的就是营销，从而大赚一笔；也有人觉得，这是在让这些患者被过度地曝光；但也有很多人觉得，这是一种很好的科普方式，让大众注意到藏在黑暗中的他们，给予更多的关爱与理解。

因此，这也让 Alex 收获了一大批“黑粉”。一类持批评态度，对其表示否认；另一类则调侃“黑色博物馆的粉丝被称为‘黑粉’，这多有意思”，支持博物馆后续活动的开展与运行。

为何要在市中心开设一家这样的博物馆？博物馆里都有哪些展品？10月10日世界精神卫生日这天，晨报记者走进这家博物馆，与策展人 Alex 聊了聊背后那些不为人知的故事。

## 引人深思却被忽视的地方

当你走进这扇门，昏暗、幽深、微弱的光打下来，留下斑驳的潜影，勾勒出模糊的轮廓。脚下有路，但你却不知如何向前。一步、两步、三步，你不由自主地将呼吸放慢，可心跳却不由得加快，“扑通、扑通、扑通”。关不掉的“叮铃铃”电话声、来自不同人的呢喃低语，或指责、或谩骂、或讽刺，甚至还有歇斯底里的尖叫声，不由分说地钻进你的耳朵。努力想听清，却又听不清；努力想去抓，却只抓到一团空气……

掀开第一块幕布，你将走入他们的世界。强迫症患者被各种矛盾想法裹挟，就像上了发条的机器，一遍又一遍地重复，数了三年沙子，到底是5783粒还是5775粒；精神分裂症患者总是看到别人看不见的东西，茄子变成老鼠，马桶里长出猪头……通过艺术的具象表达，这里重构了电磁波过敏症、双相情感障碍症、多重人格症等多种精神疾病患者的世界。

这座博物馆“委身”于静安嘉里中心商场内一个不起眼的角落，在上海黄金地段显得有些微不足道。在这座商场的北区，是最近频频火上热搜的 Jellycat CAFé 限时体验店，熙熙攘攘的人群前来打卡购物，旁边的黑色博物馆倒显得有几分冷清。

相较于其他门店，博物馆的售票处被设计成了医院挂号处的样子，门口摆放着印有“黑色博物馆”五个红色醒目大字的蓝色条纹病号服，咨询台还立着“病友服务中心”的标志。在挂号处完成付款后，你将得到一张专属门票——一个特殊的识别手环。除了基本的姓名、性别和年龄，还有病历诊断，像极了进医院住院前的准备工作。

拿到手环进入博物馆，抬头便看到一句反问“什么是正常？”可英文翻译却是“What is abnormal (不正常的)？”似乎预示着，这里的一切将被颠覆。

在黑色博物馆里还有一处伸手不见五指的转角，当你快步走过，迎面而来的是一面镜子，伴着微弱的灯光，每个人都可以站在镜子下审视自己。或许每一个人都有自己存在的意义，自己就是突破黑暗的那一道光。

为何想要开设这样一家博物馆？聊起初衷，Alex 讲述了一个故事：他曾经在南京的艺术展上看过一张精神分裂症患者的画，纸上画的是一坨一坨的东西，让人摸不着头脑。经过了解，他才知道那是一条盘山公路，层层叠叠螺旋着交错在一起，“我们是俯视视角什么都看不出，可他们却是上帝视角，我很好奇他们的世界到底是什么样子的。”同时，他在生活中发现，有很多人给这些精神疾病患者污名化，甚至



黑色博物馆里的展品



还给他们蒙上了一层挥不走的黑雾。他想，能不能通过自己的力量去打破一些刻板印象？

黑色博物馆里有50%的展品都是来自全国各地，这些由网友自发投稿的展品通过不同的渠道来到黑色博物馆，向更多的观众“讲述”自己的故事。每周，Alex 都能收到许多信件，凭借着多年的筛选经验，Alex 无师自通成了这方面的“专家”，在策展的十余年里，他经常同患者打交道，聊他们吃的药品，久而久之便熟悉了。当然，他也有自己的硬性标准，那就是必须有医院开具的诊断证书。

经过多年的沉淀与积累，让 Alex 对于这群渴望爱的群体有了新的认识。“很多患者让自己痛苦甚至伤害自己，其实只是想要宣泄和放松自我，追求释放感。”他得出一个结论：那些患者一定经历了常人无法想象的东西，才成为今天的样子，“他们的背后一定有引人深思但往往被人忽视的地方。”

各色的人怀着不同的目的来到这里。在策展之初，有70%的观众都是普通群体，大部分人都抱着猎奇、探究的心态来到这里，拍照打卡、发社交媒体，是多数人的选择。而真正的患者与其家属比例仅在20%-30%之间，可现在他们的占比已增加到40%-50%，还有心理咨询师等专业人士前来参观。

有人带着好奇，想知道如何才能更好地帮助到这些需要关怀的人；有人带着困惑，希望在这里找到属于自己的答案；当然也有人带着一颗求知的心，一些上海的学校，选择全班包车，以社会实践的方式，由老师带领学生前来参观与学习。

据世界卫生组织统计，目前全球共有3亿人患有抑郁症，约6000万人患有双向情感障碍，2300万人患有精神分裂症。而中国疾控中心精神卫生中心数据显示，中国各类精神病患者人数已超过1亿。其中，精神分裂症患者人数超过640万，双相情感障碍患者人数达110万。这些数据无一不表明：这是一个庞大的群体。可他们却藏在黑暗里，无形之中有了一座围城，里面的人渴望被关注却害怕暴露，“你们进不了我的内心，我却能看到外面的世界”；外面的人在门口踌躇蹉跎，想要关心对方但又担心稍有不慎就伤到他们。

## 深渊的另外一面就是光明

虽然不是医生，但 Alex 却常常要与“处方”打交道。

在博物馆出口处设置的“处方台”，就是可以将情绪释放，或者带走的地方。类似于医院处方台的设计，观众可以在上面畅所欲言。开馆至今，这里已经存放了数不清的“处方”。伴随着这些白纸黑字的“处方”，往往还有一些意想不到的礼物，有一回，Alex 甚至在一张写得满满的处方笺旁边，看到了几颗观众留下来的大白兔奶糖。

“一定要学会在无数琐碎的日常中寻找快乐的能力，看天上的云，好像在接吻，顺着路边捡叶子，然后把叶子还给树，读到一段有趣的话，分享给有趣的人……”市民程小姐一笔一划认真地分享她眼中最简单的快乐。

29岁的 Fiona 则这样写道：“人生就像是打怪升级，活着就是 Hard 模式，有人选择轻松结束这场游戏，但我选择最困难的模式，我要看看自己能不能走到最后。”

每一位亲手开具“处方”的观众，都在期待同一件事——有天身边的人不再需要任何的处方。来自

上海交通大学医学院的一位学生在处方笺上这样写道：“愿终有一天，精神科医生们再也不用开处方，写病历，而是让整个社会，这个世界成为他们的良药。”

每一个从黑色博物馆走出来的观众，都会收获和刚踏入这里截然不同的情绪价值。他们的脸上，或是遗憾，或是感动，或是悲伤，也或是平静，但此时此刻却不约而同地有了一种很强烈的倾诉欲。

一位市民站在电话机模型旁感慨道：“活着还挺难的。”她觉得，在快节奏生活下大家都变得非常敏感，要承受的东西太多，但却没法消除。而黑色博物馆，给大家了一个了解自己的机会，更起到一个预防的作用。同时也告诉那些身处泥潭的朋友，“没关系放轻松，大家一起想办法帮你解决，永远都有人在关心你。”

一位名为沐子的观众在参观的途中，萌生了一个帮助他们的想法。作为精神科医生的她，在生活与工作过程中，总是小心翼翼地走进他们的世界。或许会很慢，或许会遇到许多困难，但她都想通过自己的力量与努力帮助到那些需要被拉一把的人们。

虽然几乎每一位参观过黑色博物馆的观众都能从中收获情绪价值，也有不少人直言“这是一座在这个社会里必须存在的博物馆”，但这座曾让许多人燃起勇气的博物馆，自己也曾面临活不下去的命运。

在寸土寸金的市中心开设一家这样的博物馆，作为策展人，Alex 的头上永远悬着一把达摩克利斯之剑，每个月固定的房租、员工工资等开销，都是他要解决的现实问题。面对生存的压力，Alex 坦白，自己曾经好几次动过想要关闭这家博物馆的念头。

但内心另一个声音告诉他，这家博物馆必须活下去，“每次我看到来自全国各地网友们的那些留言，内心总是会被触动，这里早已不只是博物馆，而是一个让有需要的人可以彼此交流，能够容纳很多的港湾。”

Alex 回忆，曾经有位被确诊为社交恐惧症的高中女孩来做志愿者。由于父母离异、爷爷奶奶过于干涉生活等原生家庭带来的痛，让她变得自闭与沉默。在这里，她有机会去重新认识自己，去寻找属于自己的答案，三个月后女孩告诉他，自己找到了一份新的工作，“这里成了避风港和过渡带，看着他们治愈自己，并融入社会，我觉得黑色博物馆为他们的人生带来了彩色。”

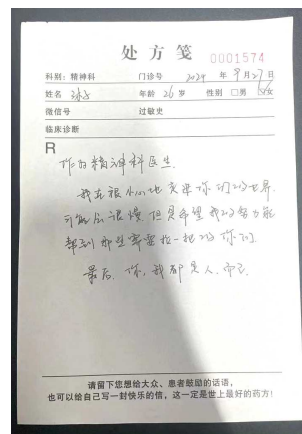
Alex 很喜欢一句话：“深渊的另外一面就是光明。”如今，他不再是孤勇者，光明正在向他走来。“商场给我们博物馆的支持力度很大，正常租金一年可能要两三百万，但他们在租金上面做了很大的折扣减免，这首先在很大程度上解决了博物馆的生存压力。另外，黑色博物馆除了门票收入以外，也开始积极拓展版权、周边等其他创收，毕竟赚到钱才能可持续地运转下去。”

Alex 向记者透露，黑色博物馆也得到了不少来自于政府官方的支持。“上海残联等部门都曾给我们提供过支持和帮助，文旅部门也会来定期监督和检查，提示我们有风险的地方，但不会禁止我们，在这方面，我看到了上海的包容。”

光明正向更多人走来。9月份，黑色博物馆官微发布消息：原定于10月12日闭展的黑色博物馆，将继续延期开放至2025年10月11日。

“虽然我不知道自己还能坚持多久，但我知道它的存在一定会有意义。”Alex 说。

文/晨报首席记者 牛强 实习生 张语 图/受访者提供



一位精神科医生的留言