破局



回归内容，做清醒的『手搓客』

前几个版我们拆解了赢家的底牌、失意者的教训、卖课者的套路。但一个更基本的问题还没有被正面回答：一个普通人，既不想被割，也不指望暴富，只是想用手边的AI工具“搓”点什么，应该带着什么样的心态下场，又该从哪里踩下第一步？

答案可能比大多数人想象的更朴素：放下对AI的膜拜，也放下对AI的恐惧。它就像当年的Word和Excel，是一个工具。拥抱它，然后忘掉它，去专注做事。

留给普通人的护城河：那些“未被标准化”的东西

当所有人都能用AI在一分钟内生成一篇文章、一张图、一段视频时，什么反而变得更贵了？

新华每日电讯2026年5月的一篇评论给出了一个判断：“人类尚未被标准化的能力，在AI时代拥有最深的‘护城河’。”文章进一步追问：哪些东西最难以被标准化？回答是“思考和创造”。作者写道，AI解决问题依靠的是在数据中寻找概率，“它至今仍然只是技术工具”，而“知识不等于智慧”。这篇评论还引述了AI对作者提问的一段自述：“‘我’做的所有事都是数据里的答案，‘我’没有独立于数据之外的判断力”，“‘我’没有生命感受这个根”。“没有生命感受这个根”，这句话值得每一个手搓者记住。

《人民日报》2026年5月9日刊发的《人工智能时代，立住人的主体性》一文，提供了一个更直接的表述：“AI是放大器，放大的是你已经拥有的东西。你的专业越扎实，你使用AI才越像老虎添上了翅膀，AI在你手里的杠杆就越长。”放大器这个比喻的残酷之处在于：它不挑对象。你往里面放什么，它就放大什么。放进去的是空洞，放大出来的就是100倍的平庸；放进去的是真实的经验、具体的痛苦、非说不可的话，放大出来的才可能是有人愿意看的东西。

读者最终为一部短剧、一个游戏、一款小工具买单，从来不是因为“它是AI做的”。他们买单的原因是剧情让人追下去，人物让人在乎，问题被解决得恰到好处。这些判断标准，和AI出现之前没有任何区别。当生成的成本趋近于零，“真诚”和“独特的人类体验”反而成了最稀缺的供给。《工人日报》2026年9月的一篇评论把这件事说得更朴素：“使用AI技术固然快捷省事，却往往难以收获感动与共情。”感动与共情不是算法输出的结果，是人在具体处境里真实感受过、再把它放进作品里的东西。

AI没有改变“什么值得被做出来”的标准。它只是让“做出来”这件事本身变得太容易了，以至于那个标准反而更容易被忽略。

收好这份“手搓”启动清单

心态摆正之后，下一步就是动手。但“动手”不意味着先花三个月学完所有教程。综合几份权威报道里反复出现的路径，一个清醒的启动清单可以压缩成三件事。

第一，找痛点：从你自己（或你身边的人）正在忍受的那件麻烦事开始。

13岁的上海初二女生朱书洽，开发虚拟陪读应用“在场”的起点，是她自己的真实困境：父母工作繁忙，写作业时难免走神，她知道该学，但很难始终保持自律。她不是从“AI教育是不是风口”开始想的，她从“我想要一个温柔的虚拟家长”开始。这个产品在“无评委”营销黑客松上三天内净收入超过1.8万元，累计近90份订单。更关键的事实是：她几乎不懂编程，一年前才第一次接触AI，用自然语言把想法“说”给大模型听，由AI帮她梳理逻辑、生成代码。朱书洽的原话是：“从自己的烦恼出发，就是最好的起点。”

痛点不需要宏大。“帮人写一篇材料”“做一个定制表情包”“给一家小店的团购订单做个自动统计”——这些事不值得写一本书，也不值得开一门课，但它们真实存在，而且有人愿意为“被解决”付一点钱。找痛点的能力，AI无法替代，因为它需要你亲身在场。

第二，跑闭环：先用免费工具，把最小的那个版本做出来，卖一次。

“跑通闭环”的意思是，哪怕只赚到10元钱，也要经历一次从“我有一个想法”到“有人真的愿意为它掏钱”的完整过程。这个过程暴露出来的问题——定价、交付、沟通、修改——没有任何一个能在教程里提前学到。

朱书洽的路径提供了一个可参照的节奏：从构思到做出核心功能用了不到一周，参加比赛前一周花几天临时做出参赛版本。第一版不需要完美，它只需要足够真实，真实到能拿到真实用户的反馈。36氪的一篇分析把这件事的逻辑说得很清楚：AI抹平的是执行力，拉开的是判断力；当生产变得廉价，“老兵深积的‘判断阈值’才是真正的复利护城河”，而判断阈值只能在真实反馈里生长，不在任何一门课的大纲里。

第三，熬得住：接受“笨功夫”仍然是绕不过去的那一段。

用户此前提到的那个细节值得在这里重新确认：《持械入宋》的6人团队，在120亿播放之前，第一季上线时“不温不火”，转折来自每天盯着评论区、把观众的挑错截图转到群里逐条讨论、反复返工。导演何秀山的标准是，一个没有穿帮、调度正常的镜头，只要他觉得“不对”，就是废卡，重抽。战争大场面反复调试十几二十次是常态。

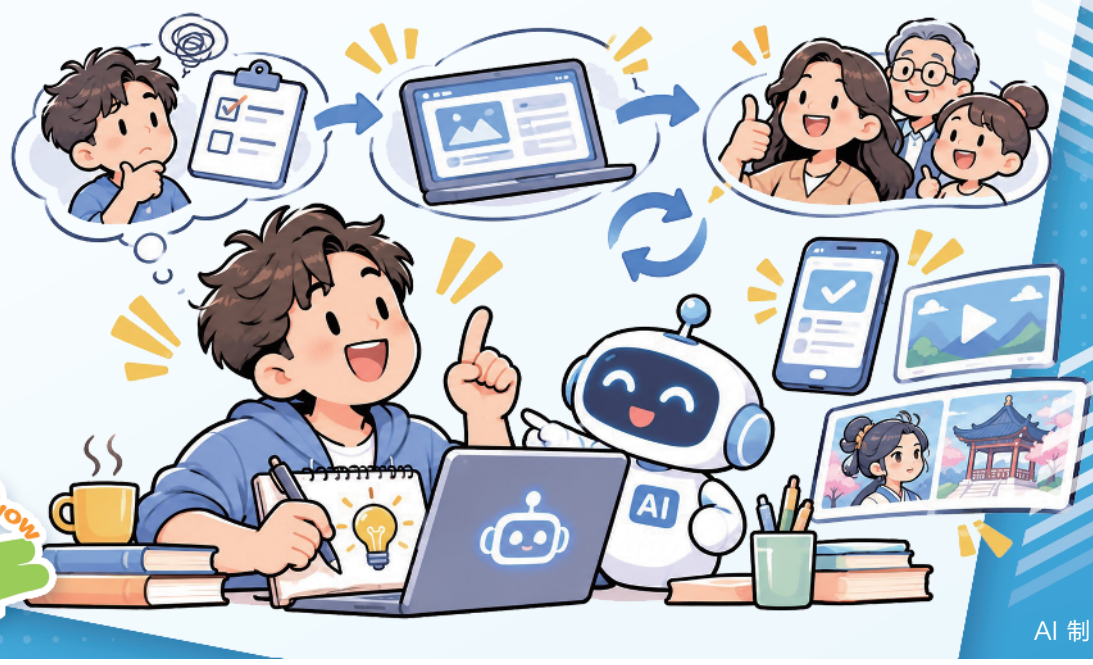
这正是“笨功夫”在AI时代的位置。《工人日报》的一篇评论写道：“使用AI技术固然快捷省事，却往往难以收获感动与共情。”AI可以生成100个版本，但“哪个版本能让人停下来”的判断，来自作者愿意在评论区里一条一条读、一帧一帧看、一遍一遍推翻自己。快手可灵AI负责人盖坤在央视《焦点访谈》中谈及“手搓”经济时，将《纸手机》视为“全民创作时代到来”的印证。但“全民创作”不等于“全民爆款”。爆款的那一部分，永远属于愿意为它熬过足够多笨功夫的人。

不被焦虑裹挟，不被捷径诱惑

我们没有否认一件事：技术平权是真实的，普通人确实第一次拥有了从想法到产品的完整能力。但也从头到尾在说另一件事：那把钥匙打开的门后面，站着的是你自己。

AI让我们看到了无数普通人逆袭的微光，但这微光要靠你用双手去点亮。不被焦虑裹挟，不被捷径诱惑，带着你的常识、你的阅历和你的审美，在这个新时代，稳稳地“手搓”出属于你自己的东西。

综合 新华每日电讯、人民日报、央广网、工人日报



AI 制图

晨报超话 WOW