



炒一碗米粉,造一台发动机

少年们“手搓”成长

新闻回顾

广州开元学校旁,五年级的卢子川为父母的炒粉摊掌勺。他穿着校服,站在简易炉灶前,颠勺、翻炒、调味、出锅,一气呵成。同学们和老师们都来捧场,纷纷点赞:“很棒,很有锅气!有厨神的潜力。”校长说:“在动手能力最强、好奇心最强的时候,一定要多动手,去体会劳动的快乐。”

初中生车金刚“手搓”航空发动机的新闻走红网络。车金刚从小痴迷航空航天,自学了微积分与空气动力学。他历时半年,用3D打印和手工打磨,成功造出一台涡喷发动机模型。首次点火启动后,运行并不完美,但他毫不气馁,说:“做什么东西都不可能是一次就成功的,我没做出来,但是学到了东西,这给了我二次制作的动力。”

炒一碗粉,造一台航空发动机,少年们正用他们带着稚气的双手,“手搓”属于自己的成长故事。

“手搓”的温度

“手搓”这个词,源自网络游戏,原指游戏玩家不借助辅助工具,纯靠手动操作完成高难度动作或任务。现在,这个词演变出更丰富的含义,它指凭借一双手和几样简单的工具,将脑子里的想法变成现实。

在短视频平台上,“手搓万物”话题播放量超过50亿次,“手搓”已经成为一场全民参与的创造。

来自湖南湘西的“00后”非遗手工博主“山白”,依据《天工开物》古法复刻徽墨。从割漆、炼烟、取烟、洗烟,到和胶、打墨、阴干、挂晒、描金……看似简单的工序,仅是将洗湿的油烟阴干这一项,就足足花费了一年时间。“山白”创作的一段不到6分钟的“古法徽墨制作”视频,竟是他历时近500天拍摄打磨而成的。

B站UP主“老师好我叫何同学”同样诠释了“手

搓”的温度。2025年,他凭借一段“我们做了一个特殊的键盘”的视频拿下B站年度最佳作品奖。起因是一位父亲的求助:他的女儿因为车祸,右手失去功能,求问能否做一款单手键盘。“何同学”接下任务,带领团队历经无数次试验、7次严谨迭代,最终“搓”出了一款扇形键盘。这款键盘用轨迹球代替鼠标,实现了单手便捷打字操作。

“山白”用“手搓”守护着传统的温度,“何同学”用“手搓”守护着人与人之间的温情,说到底,“手搓”之所以动人,不是因为做出来的东西多么完美,而是因为它证明了一件事:在这个越来越依赖机器的时代,还有人愿意慢下来、静下来,用一双有温度的手,去解决一个真实的问题,去守护一份珍贵的情感。

强调亲身实践是一切知识的根本,真正的成长始于行动,成于思考。今天这些“手搓”达人的故事,恰好印证了陶行知先生的话。卢子川在炒粉时判断火候、调整味道,是手脑合一的决策;车金刚自学理论,再用双手创作,是手脑协同的实践;“山白”复刻徽墨,每一道工序都有信念与行动力的加持;“何同学”定制单手键盘,通过七次迭代,最终才能把柔软的爱焊进了硬件里。

AI时代,“手搓”显得更为可贵,于少年而言,它指向更深远的命题——成长。卢子川“搓”出独立与责任,车金刚“搓”出坚韧与求知。他们的每一次动手,都是一次原力觉醒,都是一场酣畅淋漓的成长。

“手搓”是一种被低估的能力

人工智能时代,“动手”好像被放在了“动脑”之后,我们更看重思想的力量,觉得行动部分可以由机器或是人工智能代劳。但其实,手才是大脑最好的老师。

脑科学研究发现,当人用手开展精细的动作时,大脑中多个区域被同时激活。这也是为什么许多伟大的科学家,同时也是出色的工匠。我们熟悉的达·芬奇,不仅是一位仰望星空的艺术家,更是一位脚踏实地的“手搓”大师:他是第一个用蜡来构建人脑内部三维模型的人;也亲手设计制作了玻璃主动脉瓣模型,用于观察血液流动的奥秘;他还留下了大量机械设计手稿,既有飞行器也有机器人。

教育家陶行知曾提出“行是知之始,知是行之成”,

□知识链接

耕读:传承千年的文化基因

“耕读传家”是我们传承了千年的文化基因。“耕”是动手劳作,“读”是动脑学习,古人早就懂得,最好的成长是手脑并用。

东晋陶渊明辞官归隐,“既耕亦已种,时还读书”,在田间与书斋间活出了自己的天地。北宋范仲淹以“耕读莫懒,起家之本”为族训,范氏家族名臣良相辈出。清代曾国藩在家书中反复叮嘱子弟“以耕读二字为立家之本”,家中男丁无论贫富皆须下田劳作。耕读传家的传统跨越千年,至今仍是中国人心中最朴素的成长之道。

年轻人用“手搓三件套”对抗焦虑

“手搓三件套”——拼豆、造景贴纸、消费级3D打印,是年轻人解压的新宠。“手搓三件套”走红有其原因:在充满不确定的日常里,拼豆、贴纸、3D打印每一步都有明确的反馈,带来可预期的掌控感;专注于排列、粘贴或建模时,外界喧嚣被自动屏蔽,人可以进入沉浸式心流;花一两个小时亲手做出独一无二的小物件,那份微小却扎实的成就感,是刷机永远给不了的。“手搓三件套”简单、治愈、低成本,成了当代年轻人最温柔的解压阀。

□“手搓”指南

下面这五件小事,或许能帮你打开“手搓”的第一扇门:

做一道让自己满意的菜。你可以不依赖预制菜,从买菜、洗菜、切菜开始,做一道自己或是家人喜欢的菜。

种一盆自己说了算的植物。你可以在家里的阳台上种一盆薄荷、小番茄、草莓,从播种开始记录时间与变化。你会发现,每天浇水、等待果实的过程很治愈。

整理自己的衣橱或是书架。你可以把自己散乱的衣物、书籍按类别重新整理。舒服的空间秩序是自己“搓”出来的,而不是妈妈代劳的。

设计一个实用的小物件。你可以使用电脑建模,设计一个手机支架、笔筒或者小物件,通过3D打印,将脑海里的设计变成真实的物品。

共创一份家庭“限时手作”。你可以在节假日和家人一起摘野菜、煮火锅、包粽子,在节日里,和家人一起劳动是最有仪式感的庆祝。