https://www.douyin.com/video/6950880531554831650

# 标题:## 关键字: 犯困 #饭后犯困 #春困 #吃饱了犯困 #教你一招  
## 作者: 迷罗元和堂  
## 视频ASR文本:  
 捏住耳朵的中间往上揪看你们回忆一下有没有让你们回忆起儿童的时代来好你如果想要耳朵再舒服一点咱们给他三个部位都给他揪起来哎这样十遍 然后再捏住耳朵的中间往外揪十遍捏住耳朵的中间往下揪十遍困困的你揪完再搓一搓稍微快一点搓啊神清气爽