https://www.douyin.com/video/6951300095031758080

# 标题:## 关键字: 打工人 #都是打工人 #按摩手法 #迷罗#小朋友 #同学 #涨知识  
## 作者: 迷罗元和堂  
## 视频ASR文本:  
 小朋友累了哎这个学习累了还有我们工作累了做这个动作两个手的拇指两个手的拇指这是风池嘛就顶住这个点头颈交接点这两个点大家有吧顶住这个点以后好拇指是往前上方顶劲的拇指是往前上方顶劲的头是轻轻的往后仰的 好哎就一个对抗的力头是往后仰拇指是往前上方顶就这样保持一分钟你闭上眼睛保持一分钟一分钟以后哇不要太精神啊