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  
## 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。