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  
## 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。