

เล่มทดลองอ่าน

เคล็ดลับ

จีบผู้ชาย

ใน 6 วัน



เขาชอบคุณหรือเปล่า
จะเข้าไปคุยกับเขาทำไหนดี
ทำยังไงจะให้เขาหันมาสนใจคุณ
ผู้ชายชอบและไม่ชอบผู้หญิงแบบไหน
และอีกมากมายให้คุณจีบติดใน 6 วัน



คำนำ	1
Day 1: เตรียมพร้อม	2
วิธีที่ 1 รู้จักผู้ชายรู้จักตัวเอง	3
วิธีที่ 2 เขาชอบคุณหรือเปล่า	4
วิธีที่ 3 เป็นตัวของตัวเอง	5
วิธีที่ 4 อย่าทำตรงข้ามกับใจ	7
วิธีที่ 4 ชอบตัวเองซะก่อน	9
วิธีที่ 5 อย่ารอนานนัก	10
วิธีที่ 6 ดูดีอยู่เสมอ	12
Day 2: การหันมาสนใจ	13
วิธีที่ 1 เดินผ่าน	14
วิธีที่ 2 สบตา	15
วิธีที่ 3 ยิ้มไว้ก่อน	16
วิธีที่ 5 ชมซักหน่อย	17
วิธีที่ 6 ชอบเหมือนกัน	18
Day 3: ยินดีที่ได้รู้จัก	20
วิธีที่ 1 การเป็นเพื่อน	21

วิธีที่ 2 ที่ปรึกษา	22
วิธีที่ 3 ชวนไปเที่ยว	23
วิธีที่ 4 อย่าทำเสียเรื่อง	24
วิธีที่ 3 ฉ้นโสด	25
Day 3: คุณอะไรดี	26
วิธีที่ 1 เขาชอบอะไร	27
วิธีที่ 2 เรื่องทั่วไป	27
วิธีที่ 3 เรื่องตลก	28
Day 4: ถ้าทุกอย่างไม่ได้ผล	29
วิธีที่ 1 ดับเครื่องชน	30
วิธีที่ 2 วางแผนใหม่	31
วิธีที่ 3 หนีหลอกๆ	31
วิธีที่ 4 รู้จักรอ	32
Day 5: เขาขอบคุณหรือไม่	32
Day 6: ไปกันได้ไหม	35

จับผู้ชายติดใน 6 วัน

คำนำ

เราอยู่ในโลกของความ “ด้าน-ได้-อาย-อด” เราจึงจำเป็นต้องใช้โอกาส ที่มีอยู่ตรงหน้าให้คุ้มค่าที่สุด โดยเฉพาะเรื่องของความรัก และในฐานะผู้ชายคนหนึ่งที่เคยมีแฟนมามากมาย มีสาว ๆ มาจีบก็เยอะ ผมกล้าบอกได้เลยว่า มันหมดยุคของหญิงรอชายมาจีบแล้วล่ะครับ เพราะการรอทำให้โอกาสของคุณหมดลงไปทุกนาที และทุกนาที

ถ้าคุณคิดว่าผู้หญิงเท่าเทียมกับผู้ชายได้ทั้งความคิดอ่าน และการทำงาน แล้ว การที่คุณจะใช้วิธีจากหนังสือเล่มนี้จึงไม่ใช่เรื่องแปลกอีกต่อไป

หนังสือเล่มนี้ไม่ได้มุ่งเน้นไปที่กลวิธีการจีบชายอย่างเดียว แต่จะทำให้คุณเข้าใจในโลกของความรัก และความคิดของผู้ชายมากขึ้น ว่าอะไรคือสิ่งที่เขาจะไป และอะไรเป็นสิ่งที่จะทำให้เขาหันมาสนใจคุณ

เพียงคุณลองทำตามวิธีเหล่านี้ ผมเชื่อว่า ถ้าคุณอยากเป็นแฟนกับเขาจริงๆ คุณจะต้องทำได้แน่นอน ขอให้โชคดีครับ

โดย X-Playboy คนหนึ่ง

Day 1: เตรียมพร้อม

“การเข้าใจการวางตัว จะช่วยให้อะไรๆ ง่ายขึ้นเยอะ”

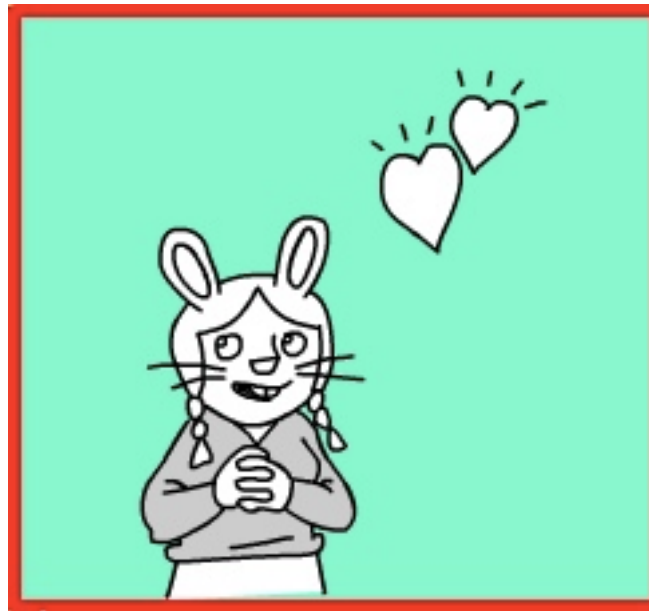
วิธีที่ 1 รู้จักผู้ชายรู้จักตัวเอง

ผู้ชายเข้าใจยาก แต่ก็ไม่ยากเท่าผู้หญิง เนื่องจากความซับซ้อนทางความคิด ผู้หญิงจะซับซ้อนกว่าผู้ชายมากมายนัก ดังนั้นไม่ต้องกลัวว่าผู้ชายจะฉลาดเกินคุณไปได้ ผู้ชายส่วนมากชอบผู้หญิงที่กล้าแสดงออก ฉลาด ตลก นอกจากเรื่องหน้าตาดี ซึ่งในคุณสมบัติทั้งหมดนี้มันสามารถทดแทนกันได้เสมอ ถ้าคุณหน้าตาธรรมดาแต่ตลก ก็มัดใจชายได้สบายๆ หรือถ้าคุณไม่ตลก แต่เรียนหรือทำงานเก่ง ให้คำปรึกษาเรื่องเรียน เรื่องงานให้เขาได้ คุณก็ได้เต็มไปเต็มๆ แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นต้องแสดงออกให้เขารู้ด้วยว่าชอบ ไม่งั้นสุนัขคาบไปรับประทานอย่างแน่นอนที่สุดถ้าคุณไม่ทำอะไรซักอย่างในขณะที่ยังมีโอกาส

นอกจากนั้น คุณจะต้องเตรียมพร้อมในการไต่ร่องให้ดีด้วยว่า คุณมีโอกาสกับผู้ชายคนนี้น้อยแค่ไหน ถ้าจะได้เขามาเป็นแฟน เขาดีเกินไป หล่อเกินไป เก่งเกินไป จนต้องทำให้คุณจะรู้สึกต่ำต้อยหรือเปล่า แต่ถ้าคุณคิดว่าคุณมีดีพอที่จะทำให้ชีวิตของเขาสดใส หรือเปลี่ยนไปในทางที่ดีได้ละก็ ไม่มีอะไรจะมาหยุดคุณได้เลย ลุย!

วิธีที่ 2 เขาชอบคุณหรือเปล่า

ผู้ชายเป็นเพศที่ไม่ค่อยแสดงออก แกรมชายไทยยิ่งไปกว่ากันใหญ่ 99% ส่วนใหญ่จะซื่อๆ ไม่กล้าจีบหญิงตรงๆ กันทั้งนั้น เลยจะต้องมีโอกาสเข้ามาหาก่อน เช่น อยู่ห้องเรียนเดียวกัน ทำกิจกรรมด้วยกัน อยู่แผนกเดียวกัน ทำงานด้วยกัน จนได้คุยกัน ถ้าจะให้อยู่ดีๆ เดินเข้าไปคุย ขอเบอร์ ผู้ชายทำกันน้อยมากครับบอกตรงๆ ดังนั้นนี่แหละโอกาสของคุณ แต่ถ้าจะดูว่าเขาชอบคุณหรือไม่ อันนี้จะต้องดูจาก



วิธีที่ 3 เป็นตัวของตัวเอง

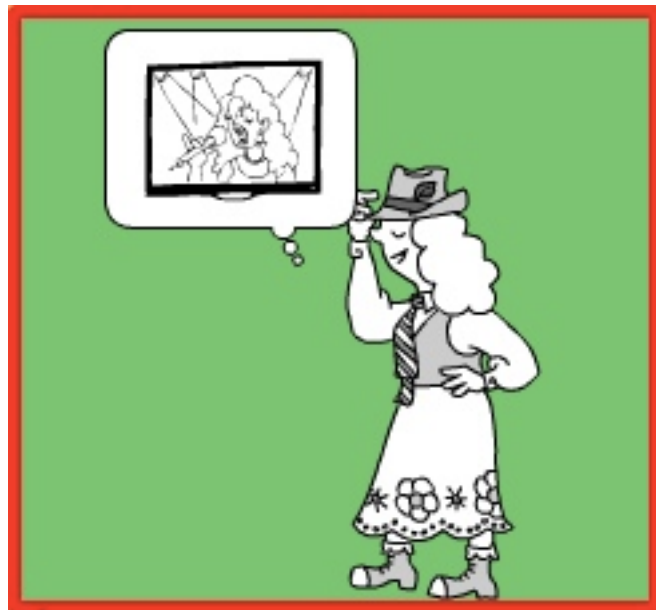
การทำตัวสบายๆ เป็นตัวของตัวเอง เป็นขั้นตอนพื้นฐานสากลที่คุณจะต้องทำให้ได้ก่อน ที่จะทำให้ขั้นตอนต่างๆ ในการจีบหนุ่มนั้นง่ายขึ้นมากมายทันที เพราะการเป็นตัวของตัวเอง และทำตัวสบายๆ จะลดความประหม่า และทำอะไรหลุดๆ ได้ถึง 99.99%

ถ้าทำไม่ได้ ให้คิดซะว่าเป็นการแสดง แสดงให้ตัวเองอยู่ในพะวังแห่งความสบายๆ ไม่คิดอะไร ลืมเรื่องความชอบ ความที่คุณปลื้มเขามากมายไปได้ก่อนยิ่งดีเพื่อให้แผ่นดินไปอย่างราบรื่นและเนียนที่สุด

นอกจากนั้นความเป็นตัวของตัวเองของคุณ จะทำให้คุณได้แฟนที่ไปกันได้ดีและอยู่กันยืนยืดยาวมากกว่าการที่จะแสร้งสร้างเป็นคนอื่นที่ไม่ใช่คุณ เพราะถ้ามารู้ทีหลังว่าคุณไม่ใช่คนๆ นั้นที่เขารู้จักในครั้งแรก มันก็ยากที่เขาจะชอบคุณต่อ

ถ้าคุณคิดว่าการเป็นตัวตนของคุณแล้ว เขาจะไม่ชอบ ก็ยังดีกว่าให้เขาชอบตัวปลอมๆ ของคุณไม่ใช่หรือ? ทำใจซะเถอะว่า ยิ่งไงๆ เขาก็

จะเห็นตัวตนของคุณวันยังค่ำ! ดังนั้นแสดงออกไปซะตอนนี้เลยจะ
ทำให้คบกันได้ยาวนานกว่า สบายใจคุณด้วยที่ไม่ต้องมานั่งปิดบังอะไร



วิธีที่ 4 อย่างกำตรงข้ามกับใจ

จากการค้นคว้าของนักวิทยาศาสตร์ในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งที่รัฐแคลิฟอร์เนีย เรื่องของ “ปากไม่ตรงกับใจ” คือสิ่งที่ผู้หญิงเอเชียเป็นกันมากที่สุด

การจะให้เขาหันมาขอบคุณ การแสดงสิ่งที่ไม่ตรงกับใจคือสิ่งที่ไม่ช่วยอะไรเลย แถมยังจะลดโอกาสของคุณลงไปอีกด้วย เพราะมันจะส่งสัญญาณที่ผิดให้เขาเห็น และทำให้เข้าใจคุณผิดไปจนยากที่จะเอากลับมาใหม่ได้ เพราะความรู้สึกครั้งแรกจะสำคัญมาก (First Impression)

ถ้าครั้งแรกเขาเห็นคุณในแง่ลบต่อเขา มันก็มีโอกาสที่เขาจะเอาคุณออกจากสมองของเขาไปเลย หรือมาร์คหน้าคุณในสมองเขาว่าคุณเป็นคนที่ไม่เป็นมิตร และฉันคงจะไม่มีเอาอันนี้มาแฟนหรอก

ก่อนจะไปรู้ขั้นตอนทั้งหมด ขอเตือนไว้ก่อนว่า อย่าทำในสิ่งที่ตรงข้ามที่เป็นธรรมชาติของคนไทยส่วนใหญ่ เช่น เมินหน้าหนี, ทำให้บึ้งตึง หรือทำอะไรก็ตามในทางลบทั้งหลายที่ไม่ตรงกับใจของคุณ ฯลฯ แต่ทำตัวให้หน้าเป็นมิตร ยิ้มง่าย แต่มีบางครั้งนี้อาจจะทำให้หน้าค้นหาได้บ้างด้วยการเมินเล็กๆ แต่ไม่ใช่เมินเฉยตลอด อย่างนั้นคือการไล่เขาไปไกลๆ



วิธีที่ 4 ชอบตัวเองซะก่อน

ในการสร้างความมั่นใจให้ตัวเอง เริ่มได้จากการชอบตัวเองอีกแล้ว ผมไม่ได้หมายความว่าให้คุณแต่งงานกับตัวเองหรือกนะ แต่ผมหมายถึงความนิยมชมชอบในตัวเองที่คุณจะต้องมองหาให้เจอก่อนจะให้ใครมาชอบคุณ แต่ก็อย่าให้ถึงกับเย่อหยิ่ง หลงตัวเองนะครับ เดี่ยวจะหาแฟนยาก

ผู้ชาย (ดีๆ) มักชอบผู้หญิงที่มั่นใจ เป็นตัวของตัวเอง รู้จักใช้ชีวิต มีมุมมองของตัวเอง ไม่ตามใคร คนที่ไม่ชอบผู้หญิงแบบนี้ ก็จะมีแต่พวกที่อยากจะควบคุมผู้หญิงให้อยู่ในโอวาสทั้งสิ้น น่ากลัวเลยล่ะ ผู้ชายพวกนั้น คบด้วยคุณจะต้องเป็นบ้าตายแน่นอน ใครล่ะอยากจะมีแฟนเป็นพวกที่ต้องการเห็นแฟนสาวของตัวเองเป็นพวกรู้สึกแย่กับตัวเองตลอดเวลา หรือจะต้องให้บอกตลอดเวลาว่าควรจะทำตัวแบบไหน ยังไง โดยไม่มีความเป็นตัวของตัวเองเลย คุณน่าจะหาแฟนได้ดีกว่านั้น เยอะเชียวผม ขอให้มีความมั่นใจก่อนว่าคุณนั้นมีค่าพอ เริ่มจากการนิยมตัวเองก่อน

วิธีที่ 5 อย่างรอนานนัก

ทุกคนตอนวัยรุ่นมักจะคิดว่าโอกาสนั้นจะมีมาเรื่อยๆ เรายังมีอีกมาก แม้จะไม่ได้คิดอะไรแบบนั้นแต่ลึกๆ เราต่างทำแบบนั้นกันทุกคน แต่พอโตขึ้นเราก็ได้รู้ว่ามันไม่จริงเลย ถามผู้ใหญ่ที่ไหนก็ได้ในเรื่องของโอกาสที่ผ่านมามันมีมาบ่อยแค่ไหน ไม่บ่อยหรอกครับ

โอกาสที่อยู่ตรงหน้าคุณตอนนี้ นั่นเองคือโอกาสเดียวที่จะสามารถคว้าได้ จะไปคว้าโอกาสของวันพรุ่งนี้ที่ยังมาไม่ถึงทำไม และไม่รู้มันจะมาหรือเปล่า เพราะเมื่อโตขึ้นไปคุณจะรู้และเข้าใจว่าโอกาสของวันนี้ที่คุณเห็นอยู่ตรงหน้ามันไม่ได้มากันบ่อยๆ หรอกนะครับ ดังนั้นวันนี้ มีโอกาสเจอเขา ได้อยู่ในห้องเรียนเดียวกัน ทำอะไรด้วยกัน จงชวนเขาคุย ควรทำความรู้จักอย่างไม่รีรอ เพราะอนาคตเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน และถ้าไม่บอกออกไป ใครจะไปรู้ใจคุณได้ล่ะ ใช่ไหม? มัวแต่จะรอให้เขาารู้เองนะเหวอ คงต้องรอถึงชาติหน้า

เราต่างควรจะยอมรับกันได้แล้วว่า เราทั้งหมดอยู่ในโลกทุนนิยมที่ใช้หลักการ “ด้าน-ได้-อายุ-อด” แม้แต่หนังสือ “The Secret” ก็บอกเราเช่นนั้น ถ้าคุณอยากได้อะไรคุณจะต้องรู้ให้แน่ชัดซะก่อน และมุ่งมั่น

ไปที่สิ่งนั้นทุกวัน นั่งหลับตาแล้วบอกกับตัวเองทุกวันว่าตัวเองมีสิ่งนั้นแล้ว แล้วคุณจะมีหวัง เพราะถ้าคุณยังไม่แน่ใจตัวเองเลยว่า ฉันอยากได้อะไร แล้วหลังจากจักรวาลที่ไหนจะเข้าใจคุณเองได้ วันนี้อยากได้อะไร โยนพรุ่งนี้เปลี่ยนใจอยากได้อะไร โยนพรุ่งนี้ พรุ่งนี้จะส่งให้คุณได้ดังหวัง จะเริ่มงงว่า ตกลงมันจะเอาอะไรกันแน่?

เช่นเดียวกันกับการจะหาแฟนดีๆ ชักคนมาอยู่เคียงข้าง ผู้หญิงหลายคนเจอแต่แฟนที่ไม่ได้เรื่อง และจะหาชั๊กก็คนก็วนกลับมาเจอคนแบบเดิมๆ เพราะคุณไม่ได้ตั้งใจให้ดี เปิดใจให้กว้าง และมองตัวเองว่าคุณนั้นมีค่าพอ ถ้าคิดได้เช่นนี้แล้ว ก็อย่ารีรอ เริ่มมองหาคนที่เหมาะสมกับคุณได้แล้วล่ะ เพราะคนๆ นั้นอาจจะรอคุณอยู่ที่ไหนสักแห่งก็เป็นได้

ถ้าโอกาสมันไม่มา ทำไมคุณไม่สร้าง (โอกาส) เองมันซะเลยล่ะ?

วิธีที่ 6 ดูดีอยู่เสมอ

แน่ล่ะผู้ชายที่ไหนก็ชอบคนหน้าตาดี แต่อย่าลืมว่า คนหน้าตาดี กับ คนดูดีมันมีความแตกต่างกันอยู่ คุณสามารถหน้าตาธรรมดา แต่ดูดีได้ จากการเลือกแต่งตัว การทำตัวให้น่าสนใจค้นหา

ผู้หญิงหน้าตาดีมากมาย พอเข้าไปคุยด้วยแล้วแทบจะอยากวิ่งหนี การพูดจาด้วยความจริงใจ ความฉลาด ก็ทำให้ดูดีได้เช่นกัน นักวิทยาศาสตร์ที่ประเทศอิตาลีได้ทดสอบกันมาแล้วว่า ผู้หญิงสามารถ Sexy ที่สมองได้พอกับภาพลักษณ์ภายนอก แถมการ Sexy ที่สมองก็คงทนกว่าหน้าตาซะอีก

Day 2: การหันมาสนใจ

“เทคนิคอะไรสะกิดใจให้ผู้ขายที่คุณชอบหันมาสนใจคุณ”

วิธีที่ 1 เดินผ่าน

สิ่งแรกที่คุณจะต้องทำในการจับหนุมให้สำเร็จคือ ทำให้เราว่าคุณมีตัวตนอยู่บนโลกใบนี้เสียก่อน นั่นคือการสร้างโอกาสให้เกิดขึ้น เขาไม่มีทางจะมาชอบคุณได้ถ้าเขาไม่รู้ว่าคุณมีตัวตนอยู่ วิธีแรกที่คุณทำได้โดยไม่ต้องใช้ความกล้าอะไรมากคือการเดินผ่านเขา



แล้วต้องเดินผ่านบ่อยแค่ไหนล่ะ?
ก็ทำจนกว่าคุณจะรู้ว่าเขาสังเกตเห็นคุณแล้ว พอเห็นแล้ว ก็พยายามสร้างความบังเอิญด้วยการเดินสวนกันบ่อยๆ

หลายครั้งที่การเดินผ่านกันบ่อยๆ ทำให้เกิดความพิเศษขึ้นได้ จนกลายเป็นคนที่ยิ้มให้กัน จากยิ้มให้กันก็จะกลายเป็นเพื่อนกัน จนสุดท้ายเป็นแฟนกัน แต่ถ้าคุณสังเกตุดูเห็นเขาทำเช่นนี้กับคุณ เดินผ่านคุณบ่อยจนผิดสังเกต คุณอาจจะไม่ต้องอ่านบทแรกๆ นี้ก็ต่อไปข้ามไปบทที่ของวันที่ 3 ได้เลย

วิธีที่ 2 สบตา

เมื่อครั้งที่ 20 ที่คุณเดินสวนกับเขาอย่างตั้งใจ เริ่มขั้นต่อไปด้วยการพยายามสบตาลึกลงน้อยเหมือนไม่ได้ตั้งใจจะสบตา และอย่าถึงกับจ้องตาเด็ดขาดล่ะ หรือแสดงความอายจนทำในสิ่งแปลกๆ หรือสิ่งตรงกันข้ามออกมา เช่น เชิดใส่ หรือยิ้มเสยะให้เขา แต่แค่มองตาเหมือนมองนกมองไม้ แค่ให้เขาพอได้สบตาของคุณ (แค่นี้ก็สุขใจ) เพื่อสร้างจุดสนใจเล็กๆ ให้เกิดขึ้นก่อน



วิธีที่ 3 ยืมไว้ก่อน

การยืมคือยาวิเศษที่ช่วยได้ทุกสถานการณ์แม้ยามคับขัน รวมถึงการจับหนุ่มอย่างแน่นนอนที่สุด ที่จะทำให้เขาจำคุณได้ทันที และรู้ว่าคุณเป็นมิตรได้



เวลา ยืมให้เขา คุณไม่จำเป็นจะต้อง
จ้องหาโอกาสที่เหมาะสม ทำตัวสบายๆ
คิดซะว่าเดินผ่านเด็กน่ารักๆ คนหนึ่ง
แล้วคุณก็ยืมให้เขา เพราะสิ่งที่คุณ
กำลังคิด กำลังประหม่อมันจะ
แสดงออกมาทางรอยยิ้ม ดังนั้น อย่า

คิดอะไร ทำใจให้สบาย แล้วยืมด้วยความจริงใจ แบบไม่เห็นพิน อย่า
ยืมซะกว้างมากจนน่ากลัว หนุ่มไทยส่วนใหญ่จะสมองช้า ดังนั้นอย่า
ท้อ เขาอาจจะอายเช่นกัน

การยืมแบบนี้เป้าหมายคือแค่พอให้เขาเข้าใจว่าคุณน่าจะเป็นคนที่
เป็นมิตรและคุยด้วยได้ เชื่อเถอะเขาจะยังไม่รู้ว่าคุณชอบเขาหรอก แต่
นี่จะเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีของความสัมพันธ์ของคุณกับเขา

วิธีที่ 5 ชมชั๊กหน่อย

ถ้าคุณเป็นพวกขี้มียาก หรือไม่เข้าไปตรงๆ มากกว่า ให้อู่วิวว่าใครๆ ก็ชอบคำชม แม้ผู้ชายที่อู่วิว ไม่ค่อยพูด ไม่ค่อยแสดงออกก็ตาม

ขั้นตอนไม่ยาก ที่ใช้ได้ผลและทำได้ง่ายโดยไม่ต้องเงินคือ แค่ดูที่การแต่งตัวของเขามืออะไรที่น่าจะชมได้บ้าง ที่ชมไปแล้วจะไม่ดูหลอกลวง เช่น ชมรองเท้า “รองเท้าสวยดีนะคะ หาซื้อที่ไหนอะ อยากได้ให้น้องชายบ้าง” ไม่แน่ว่า คุยไปคุยมา ถ้าเขาเป็นคนเสน่ดี ว่างๆ เขาอาจจะพาคุณไปซื้อด้วยซ้ำ ดีชะอีก

การชมเป็นวิธีที่ทำได้ง่าย ใช้ได้ผลมาแล้วนักต่อนัก การชมจะทำให้ผู้ชายอยากเล่าเรื่องต่อ และสร้างการสนทนาอย่างไม่รู้ตัวได้ทันที และจะสามารถสร้างความสัมพันธ์ได้อย่างรวดเร็ว

วิธีที่ 6 ชอบเหมือนกัน

ผู้ชายร้อยทั้งร้อยก็ชอบให้ผู้หญิงชอบในสิ่งที่ตัวเองชอบด้วย เพียงคุณแสดงให้เห็นว่าคุณชอบทำอะไรๆ หรือชอบสิ่งของที่เหมือนกับเขา จะสร้างโอกาสอย่างสูงในการทำให้เขาหันมาสนใจคุณได้ทันที

ดังนั้นสิ่งที่คุณจะต้องทำในการใช้วิธี 'ชอบเหมือนกัน' นี้ คุณจะต้องไปสืบมาก่อนว่าเขาชอบทำอะไร ชอบไปที่ไหน กินอะไร อยู่ชมรมไหน หรืออะไรก็ได้ที่คิดว่าสืบได้ง่ายๆ แล้วเข้าร่วมทำกิจกรรมที่เขาชอบอย่างชมรม หรือหนังสือที่เขาชอบอ่าน หรือจะเป็นกีฬาที่เขาชอบเล่นกับเพื่อนเสมอๆ



แม้คุณจะเล่นกีฬาแมนๆ อย่างที่เขาเล่นไม่ได้ คุณก็สามารถชอบดูได้เหมือนกัน แต่อย่าพยายามทำอะไรที่เกินตัวเด็ดขาดเพราะเขาจะจับได้ว่าคุณแกล้งทำ หาอะไรที่ใกล้เคียงๆ ที่คุณพอมีความรู้คุ้ยรู้เรื่องกับเขาได้บ้าง เพราะถ้าเกิดเขาถามคำถามขึ้นมา เขาจะรู้ว่าคุณ FAKE!

Day 3: ยินดีที่ได้รู้จัก

“สานต่อความสัมพันธ์อย่างไร ให้เขาคิดถึงคุณ”

“ถ้าคุณสนใจหนังสือเล่มนี้ อยากอ่านต่ออีก 4 บท
ช่วยกันรีวิวด้วยนะครับ ผมจะได้เอาเล่มเต็มมาเผยแพร่
แพร่ ขอบคุณมากครับที่ดาวน้โหลด”