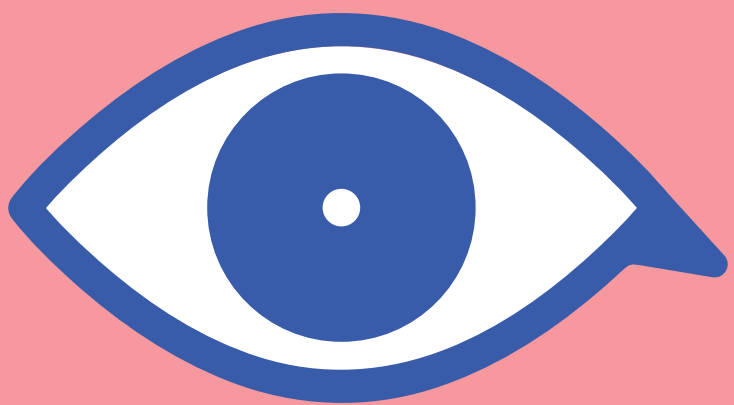
ब्लिंक टू स्पीक



दुनिया की पहली
आँखों की भाषा
हिंदी

बेजुबान लोगों के विचारों की गूँज सबसे ऊँची होती है

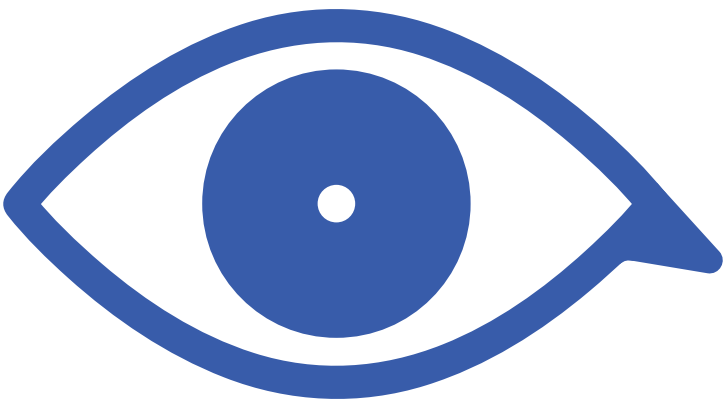
स्टीवन हॉकिंग

ब्लिंक टू स्पीक दुनिया की पहली आँखों की भाषा है। यह भाषा ऐसे लोगों के लिए निर्मित करी गई है जिन्हें बोलने में कठिनाई होती है। यह भाषा ए ल स / म न डी (एम्योट्रॉफिक लैटरल स्क्लेरोसिस/ मोटर न्यूरॉन डिसीज), मेरुदंड की चोट (क्वाड्रिप्लेजिया–गरदन के नीचे का लकवा), सेरेब्रल पाल्सी, सिर की चोट, स्ट्रोक, सेरेबेलर अटैक्सिया, मल्टिपल स्क्लेरोसिस, पार्किंसंस डिसीज और किसी अन्य न्यूरो–डिजनरेटिव विकार से ग्रस्त मरीजों के लिए सहायक है। सजग मस्तिष्क वाला मेकैनिकल वेंटिलेटर पर रखा गया मरीज भी इसका उपयोग कर सकता है। आईसीयू (इंटेंसिव केयर यूनिट) में रखे गए मरीजों या बाय – पैप, सी–पैप या होम वेंटिलेटर पर रखे गए मरीज भी इस भाषा का उपयोग कर सकते हैं। यह भाषा मरीजों तथा देखभाल करने वाले तथा परिवार के सदस्यों के बीच संवाद को आसान करेगी। यह भाषा संवाद के लिए स्थायी या अस्थायी उपाय बन सकती है।

ब्लिंक टू स्पीक ट्रेनर के साथ समय तय करने के लिए, कृपया आशा एक होप फाउंडेशन की संस्थापक अध्यक्ष और न्यूरोजेन ब्रेन एंड स्पाइन इंस्टीट्यूट की डिप्टी डायरेक्टर हेमांगी साने और गीत राठी, स्वयंसेवक आशा एक हॉप और संस्थापक, ब्लिंक टू स्पीक से संपर्क करें।

श्री लक्ष्मी नारायण – विशेष धन्यवाद.

ब्लिंक
टू स्पीक



आँखों की भाषा

हिंदी

ब्लिंक टू स्पीक का उपयोग करते समय इन बातों का ध्यान रखें

1. आँखों की भाषा में आठ प्रमुख व्यंजन हैं।

2. सबसे सामान्य संदेशों के लिए आँखों की गतिविधियों के विभिन्न मिश्रणों का उपयोग किया जाता है।

3. आँखों की दो गतिविधियों के बीच हमेशा पर्याप्त अंतराल रखना सदा याद रखें।

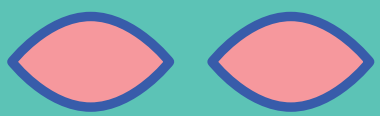
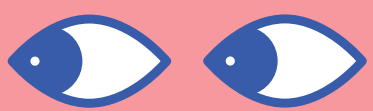
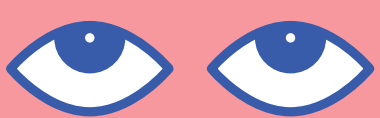
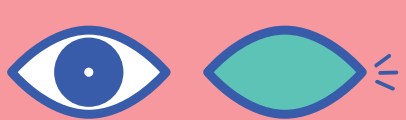
4. संदेश को साफ समझाने के लिए हर संकेत को कई बार दोहराया जा सकता है।

5. पहले महीने में पहले 15 संकेतों से शुरू कीजिए। धीरे-धीरे हर महीने 25 नए संकेतों के साथ अपनी शब्दावलि को बढ़ाइए।

6. पुस्तक के अंतिम पेज पर अल्फाबेट पेज है। आप दिए गए संकेतों में से गायब शब्दों की जानकारी देने के लिए इस सिस्टम का उपयोग कर सकते हैं।

7. आपके लिए छह अतिरिक्त संकेत भी हैं। अपने प्रिय जनों के लिए निजी संदेशों को निर्धारित करने के लिए इनका उपयोग करें।

आँखों की भाषा की वर्णमाला

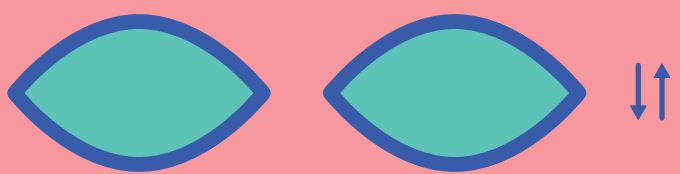
आँखें बंद करें	
पलकें झपकायें	
बायें देखें	
दायें देखें	
ऊपर देखें	
नीचे देखें	
एक आँख झपकायें	
आँखें घुमायें	

लंबी देर तक आँखें बंद रखें

आरंभ
अंत

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

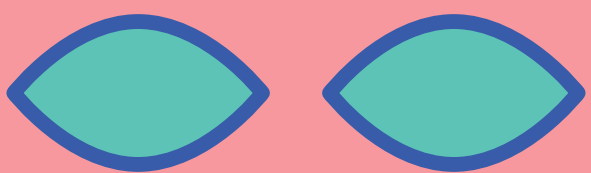
बार बार आँखें झपकायें



गलत

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

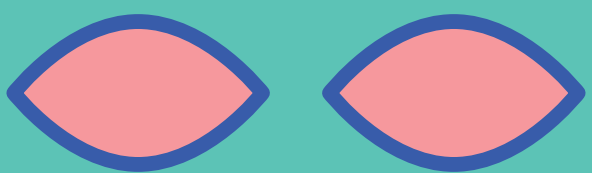
1 बार पलकें झपकायें



हाँ

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

2 बार पलकें झपकायें

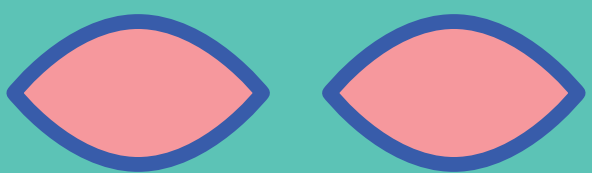


x 2

नहीं

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

3 बार पलकें झपकायें



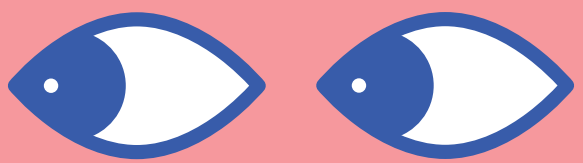
x 3

मैं ठीक हूँ

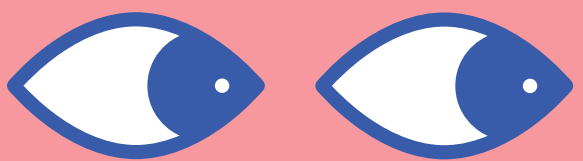
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार बायें देखें
1 बार दायें देखें
1 बार पलकें झपकायें

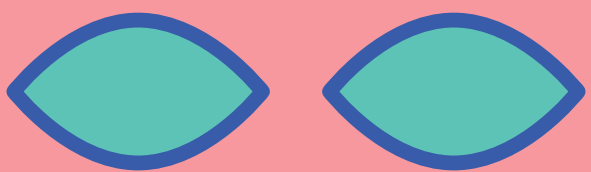
A



B



C

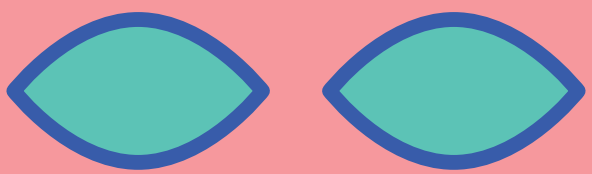


मैं ठीक नहीं हूँ

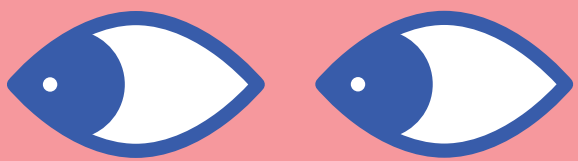
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार पलकें झपकायें
1 बार बायें देखें

A



B

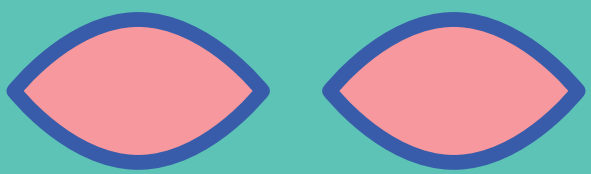


परिवार को बुलाओ
(बेटा/बेटी/पति/पत्नी/माँ/पिता)

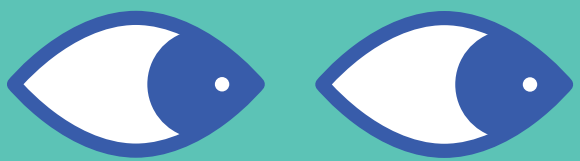
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार पलकें झपकायें
1 बार दायें देखें

A



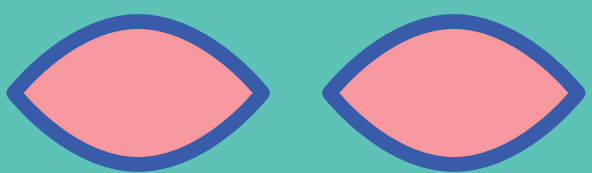
B



डॉक्टर को बुलाओ

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

4 बार पलकें झपकायें

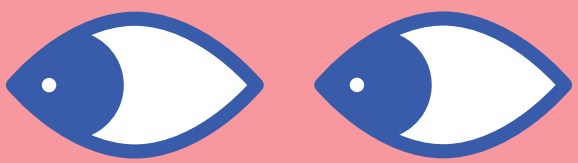


x 4

मुझे नींद आ रही है

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

बायें देखें

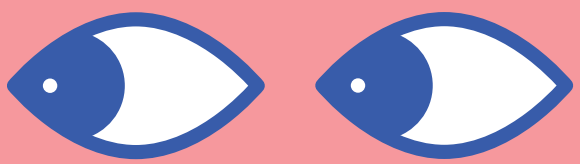


घबराहट हो रही है

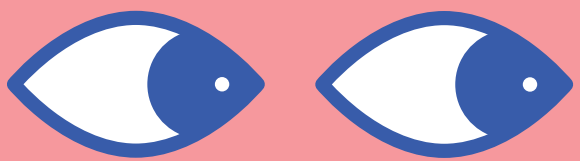
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार बायें देखें
1 बार दायें देखें

A

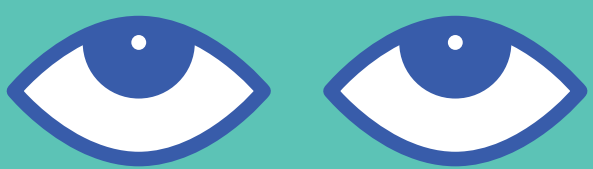


B



पानी

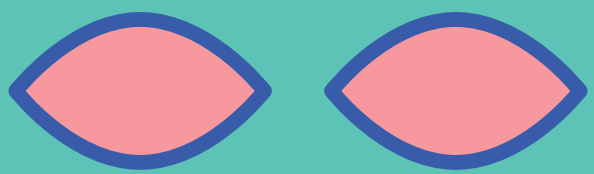
1 बार ऊपर देखें



शौचालय

1 बार पलकें झपकायें
1 बार ऊपर देखें

A



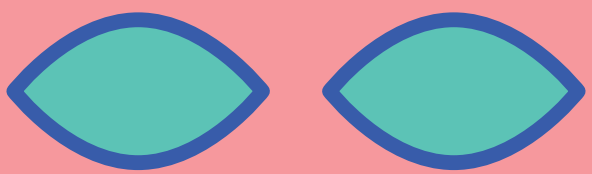
B

दिल में दर्द

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

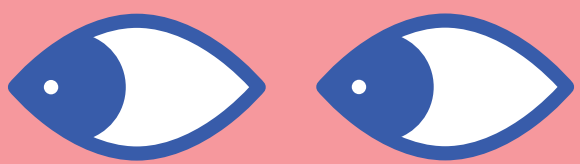
2 बार पलकें झपकायें
1 बार बायें देखें
2 बार पलकें झपकायें

A

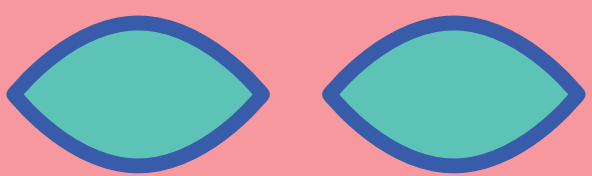


x 2

B



C

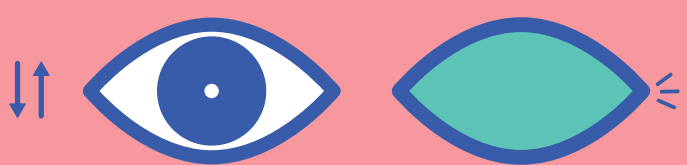


x 2

आज आप कैसे हैं?

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

बार बार एक आँख झपकायें



आपातकाल

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर विकल्प पर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको

चक्कर आ रहे हैं

नाक बंद है

मरोड़

घबराहट हो रही है

गले में कुछ अटका है

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

लंबी देर तक आँखें बंद रखें
बार बार आँखें झपकायें

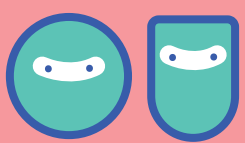
संकट

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर विकल्प पर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको

कोई परेशान कर रहा है

यौन शोषण



चोर

पुलिस को बुलाओ

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

2 बार एक आँख झपकायें

समस्या

हर विकल्प पर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको

ठंड लग रही है

मुझे थूकना है

गर्मी लग रही है

निवाला दांत में अटका है

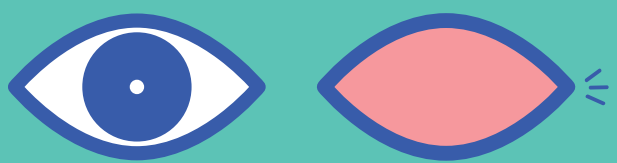
सर दर्द

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

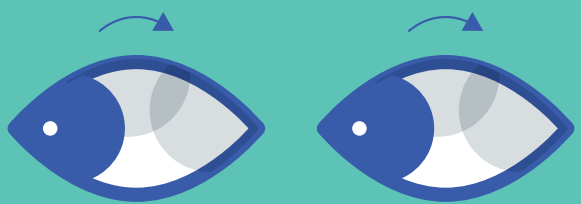
नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

2 बार एक आँख झपकायें
1 बार आँखें घुमायें

A



B



मेरा स्थान बदलो

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

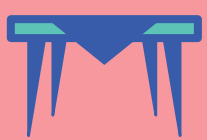
हर विकल्प पर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको

कुर्सी

पलंग

सोफा

वीलचेयर



खाने की मेज़

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

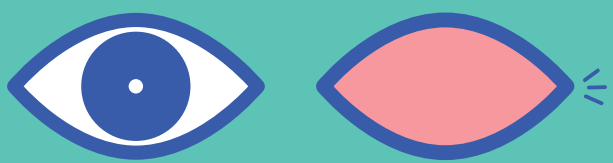
3 बार आँख झपकायें

मुझे तुम से प्यार है

1 बार ऊपर देखें
1 बार आँख झपकायें

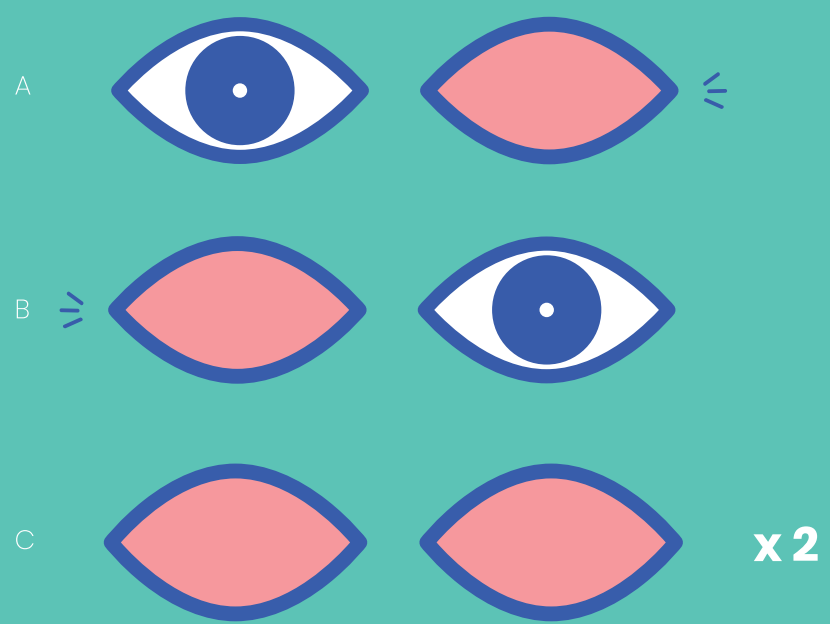
A

B



मुझे माफ कर दो

1 बार दायीं आँख झपकायें
1 बार बायीं आँख झपकायें
2 बार पलकें झपकायें

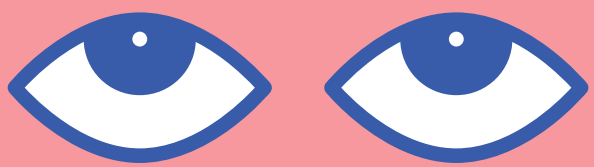


धन्यवाद

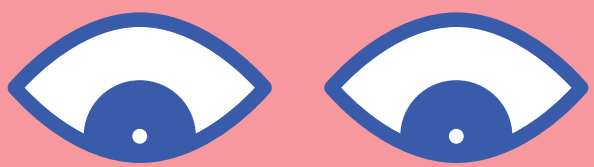
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार ऊपर देखें
1 बार नीचे देखें
2 बार पलकें झपकायें

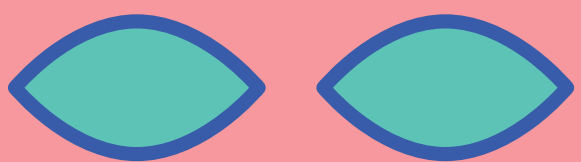
A



B



C

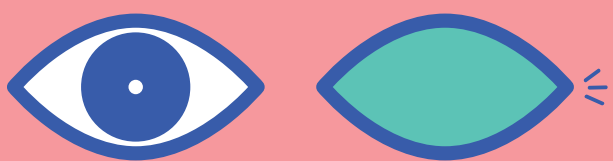


x 2

मुझे गले लगाओ

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

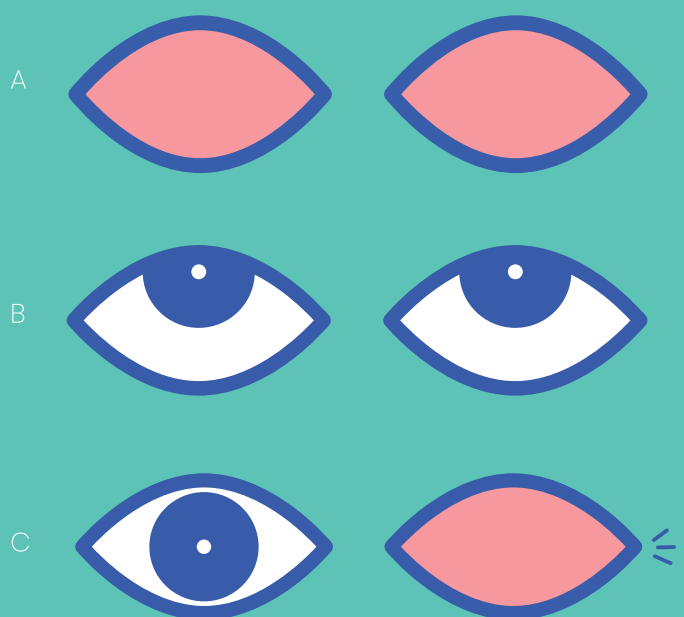
1 बार आँख झपकायें



कुछ बात करते हैं

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार पलकें झपकायें
1 बार ऊपर देखें
1 बार एक आँख झपकायें

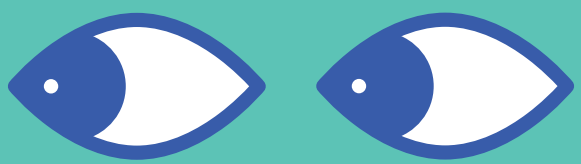


चलो बाहर चलते हैं

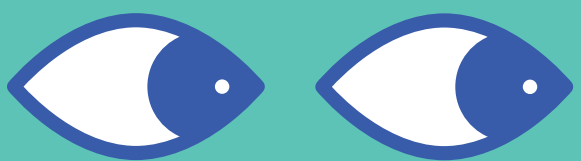
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार बायें देखें
1 बार दायें देखें
1 बार आँख झपकायें

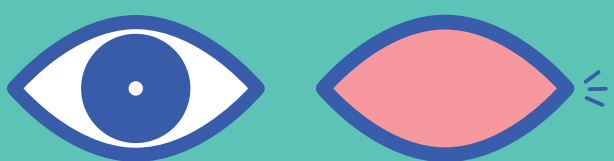
A



B



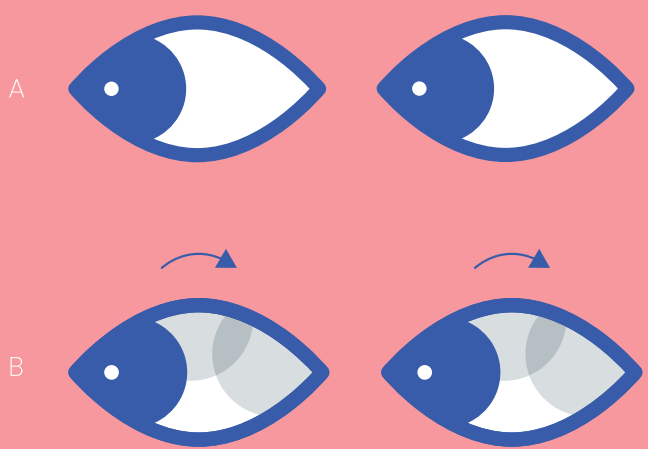
C



मुझे घर जाना है

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

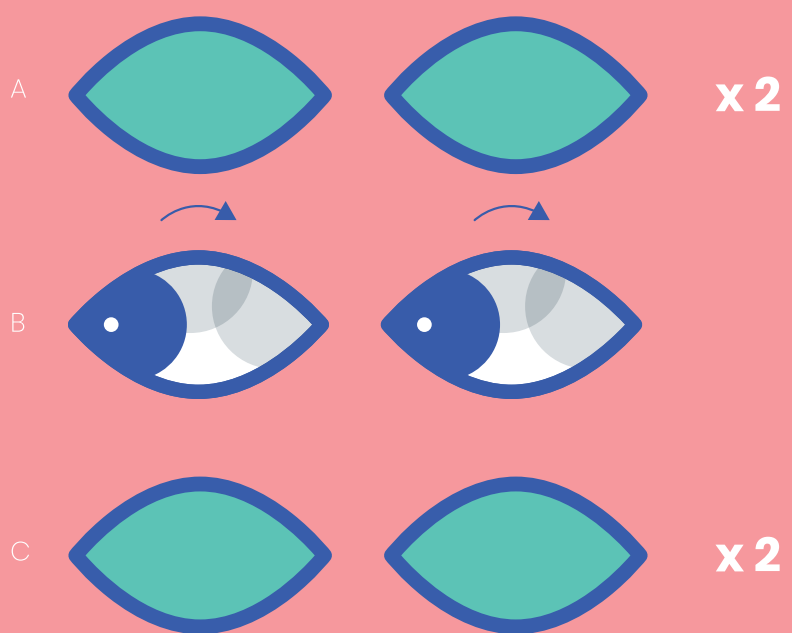
1 बार बायें देखें
1 बार आँखें घुमायें



मुझे मेरे कुत्ते
/बिल्ली से मिलना है

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

2 बार पलकें झपकायें
1 बार आँखें घुमायें
2 बार पलकें झपकायें

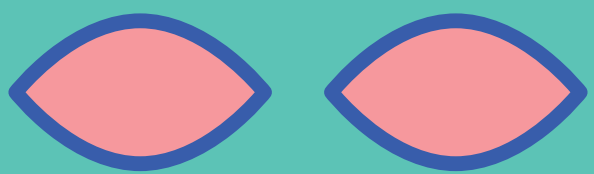


बधाई हो
मैं आपके लिये बहुत खुश हूँ

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

2 बार पलकें झपकायें
लंबी देर तक आँखें बंद रखें

A



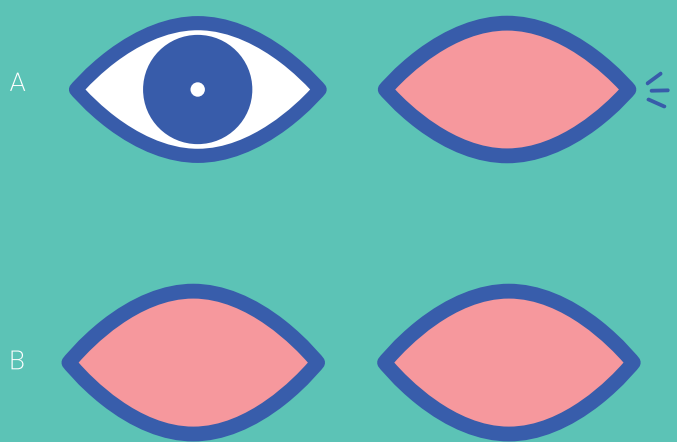
x 2

B

मुझे आप पर गर्व है

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

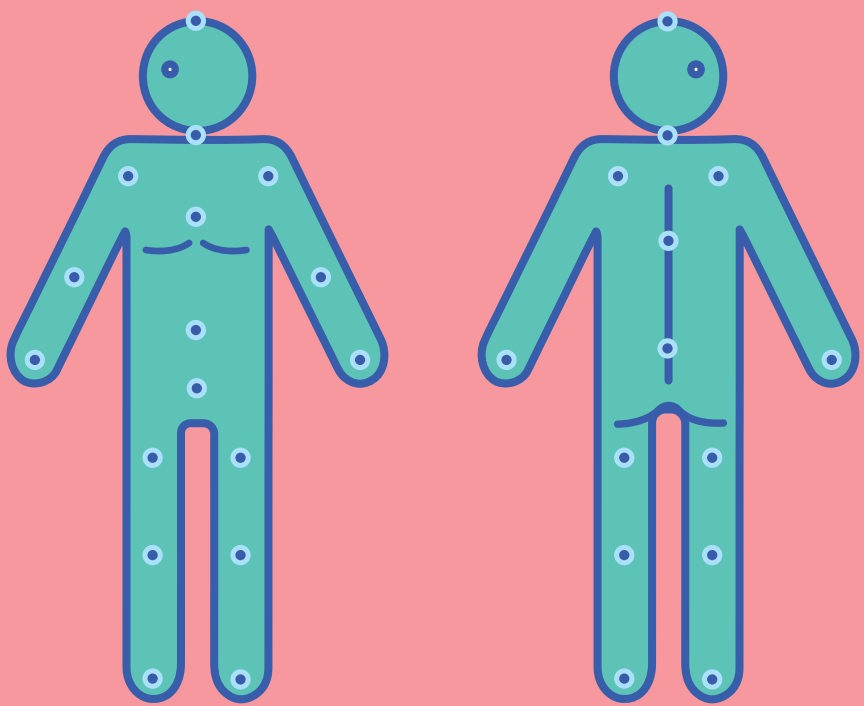
1 बार आँख झपकायें
1 बार पलकें झपकायें



मुझे दर्द/बेचैनी है

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर भाग की ओर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको



आगे

पीछे

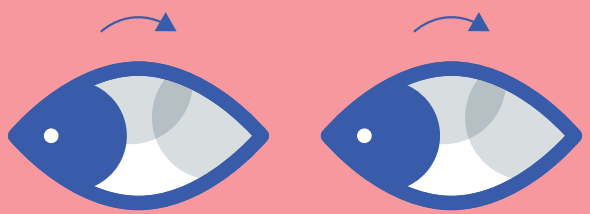
हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

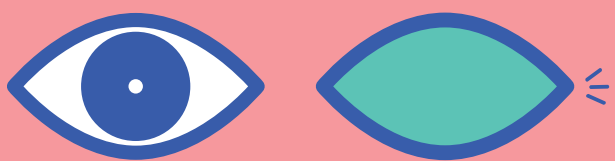
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार आँखें घुमायें
1 बार आँख झपकायें

A



B



मेरी पज़िशन को बदलो

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर विकल्प पर इशारा करो
और प्रतिक्रिया के लिए रुको

कुर्सी पर बैठाओ

सीधा लेटाओ

बायें मोड़ो

दायें मोड़ो

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

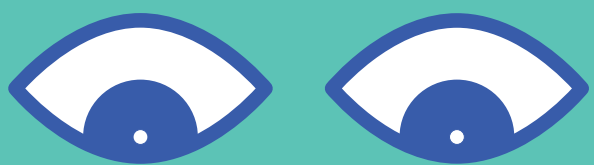
नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार ऊपर देखें
1 बार नीचे देखें

A

B



मुझे कुछ खाने का मन है

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर विकल्प पर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको

फल

पसंदीदा खाना

ठंडा

मीठा

तीखा

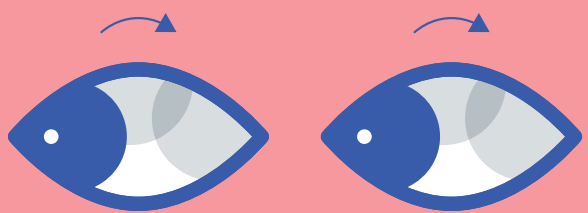
गर्म

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार आँखें घुमायें



मनोरंजन

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर विकल्प पर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको

टीवी

संगीत

अखबार

आई पैड

फिल्म

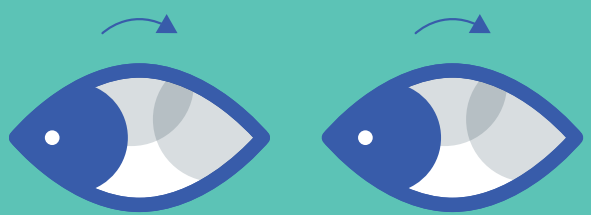
हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

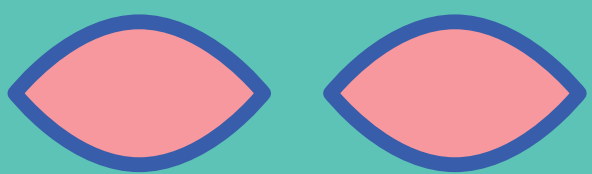
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार आँखें घुमायें
1 बार पलकें झपकायें

A



B



बिजली उपकरण

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर विकल्प पर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको

पंखा

एसी

लाइट

टीवी

हीटर

बढाओ

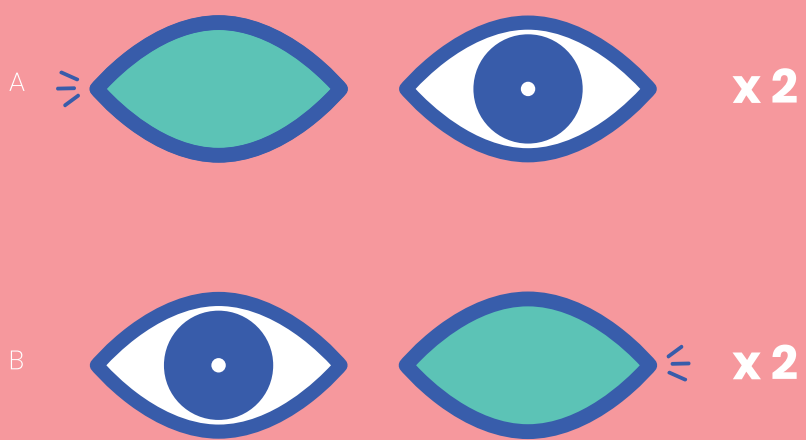
कम करो

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

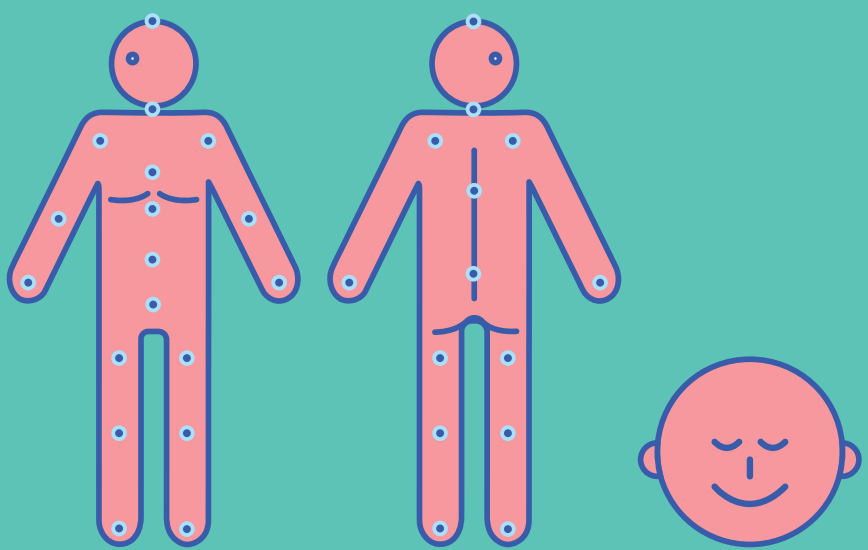
2 बार बायें आँख झपकायें
2 बार दायें आँख झपकायें



कपड़े से पोंछो

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर भाग की ओर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको



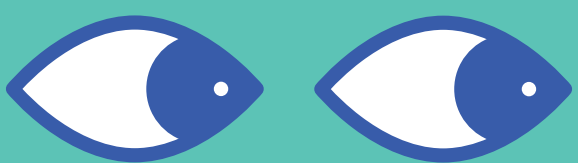
आगे पीछे चेहरा

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

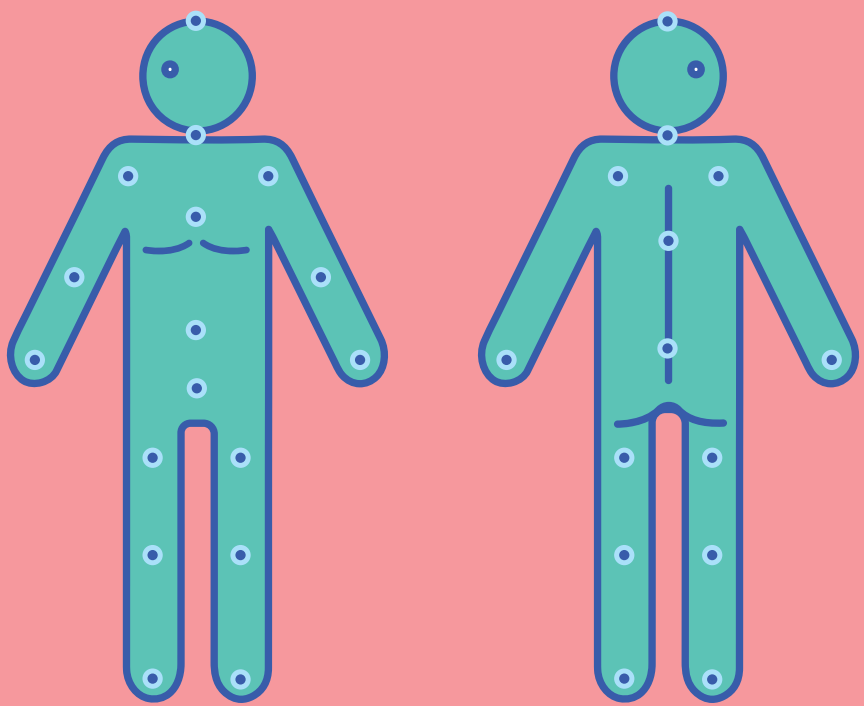
दायें देखें



मुझे हिलाओ

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर भाग की ओर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको



आगे

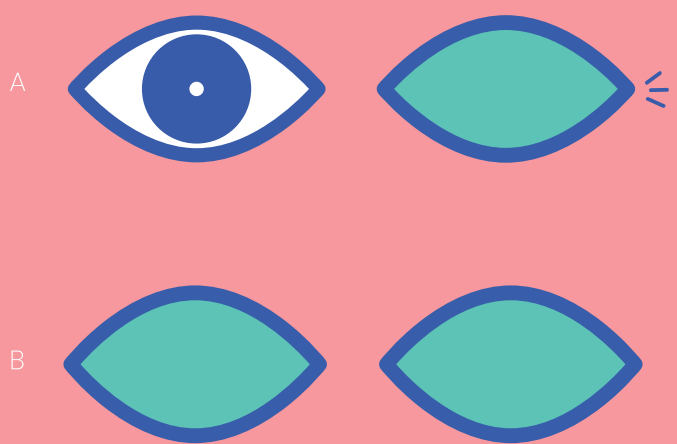
पीछे

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

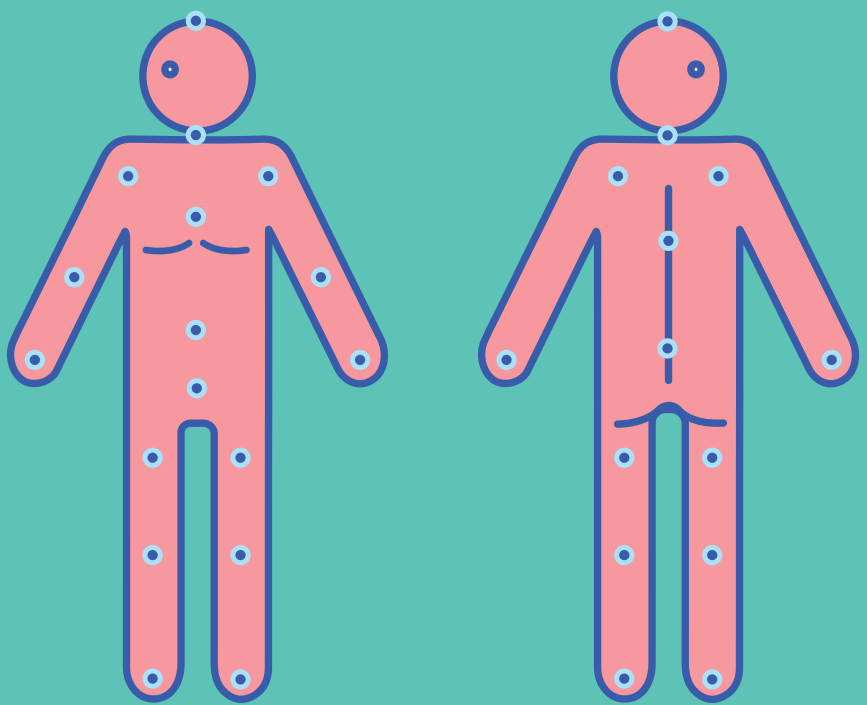
1 बार एक आँख झपकायें
2 बार पलकें झपकायें



मालिश करो

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर भाग की ओर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको



आगे

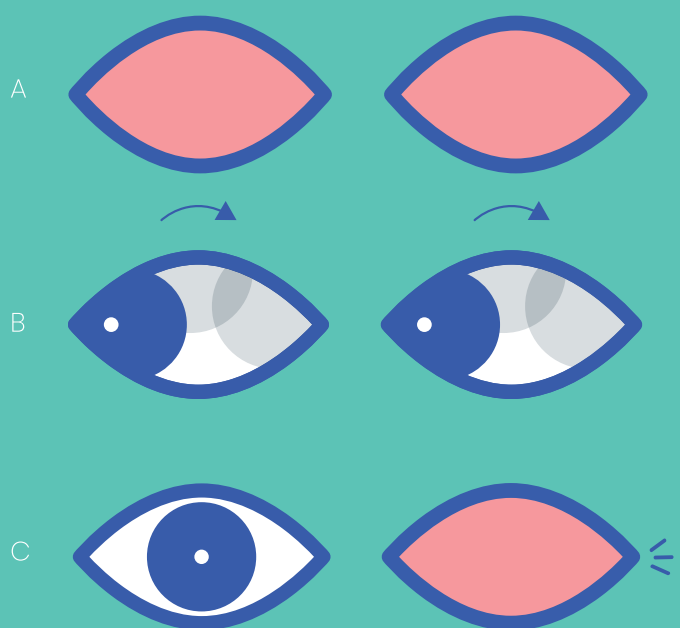
पीछे

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

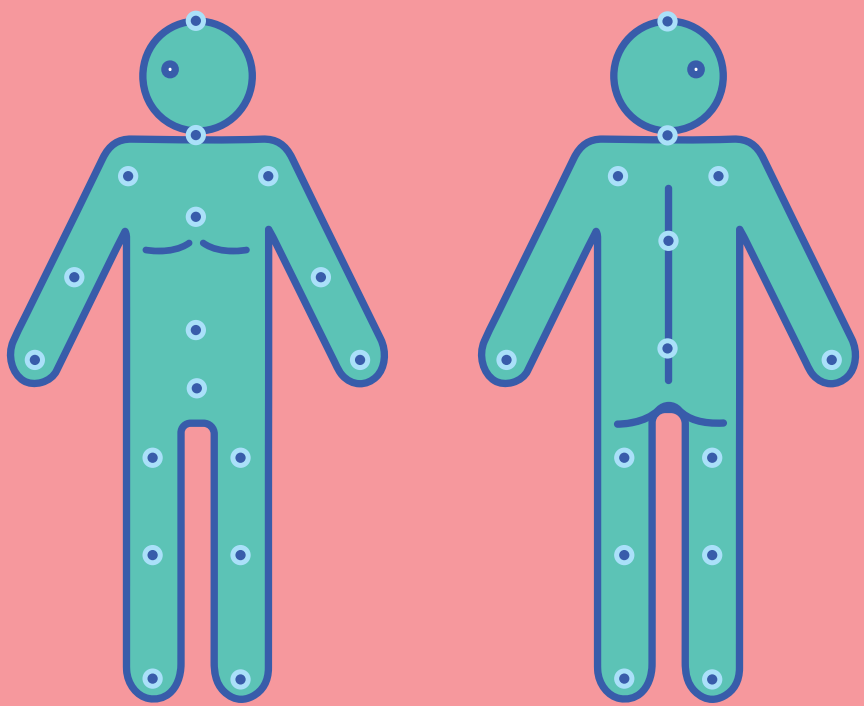
1 बार पलकें झपकायें
1 बार आँखें घुमायें
1 बार एक आँख झपकायें



मुझे पकड़ो

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर भाग की ओर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको



आगे

पीछे

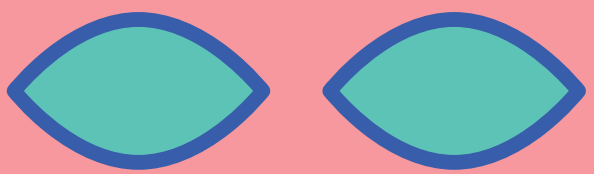
हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

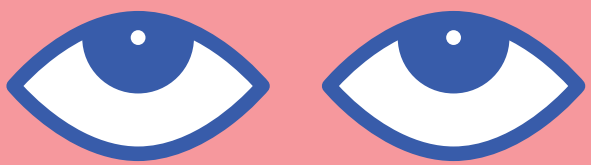
2 बार पलकें झपकायें
1 बार ऊपर देखें

A



x 2

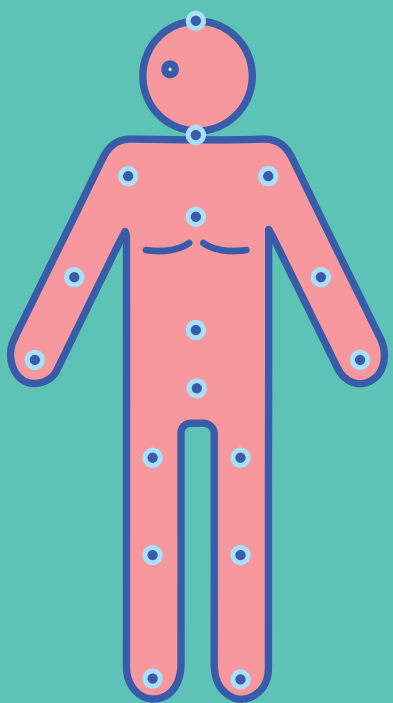
B



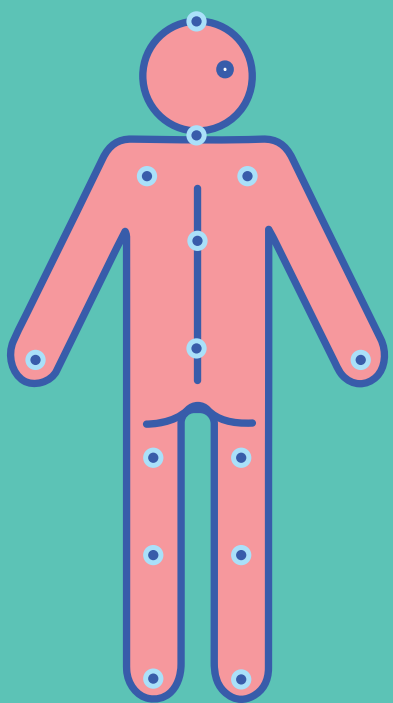
उठाओ

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर भाग की ओर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको



आगे



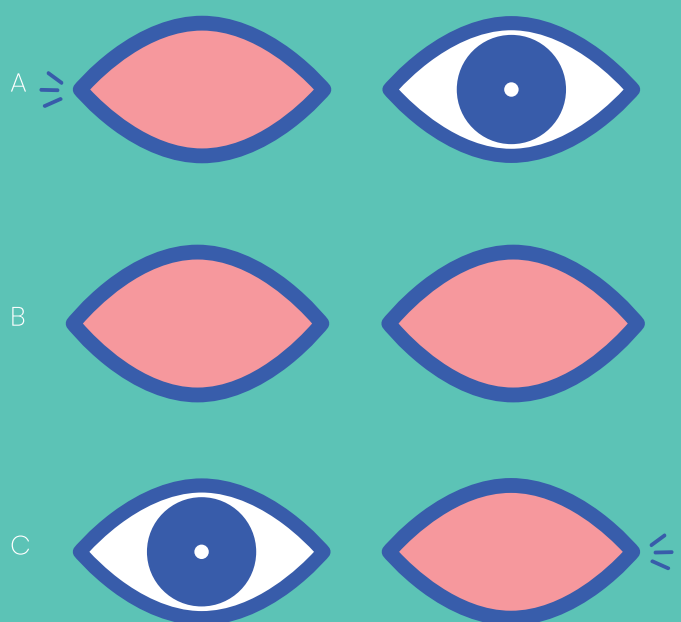
पीछे

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

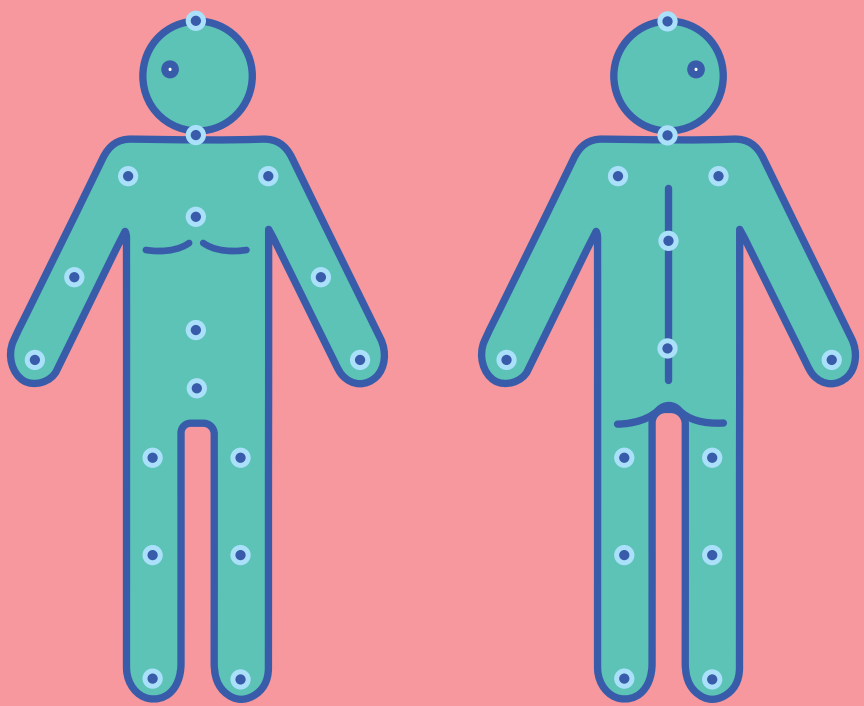
1 बार बायें आँख झपकायें
1 बार पलकें झपकायें
1 बार दायें आँख झपकायें



पानी से साफ करो

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर भाग की ओर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको



आगे

पीछे

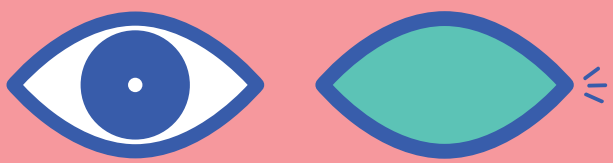
हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

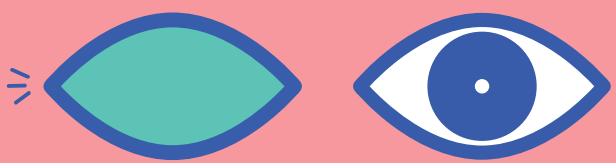
2 बार दायें आँख झपकायें
2 बार बायें आँख झपकायें

A



x 2

B

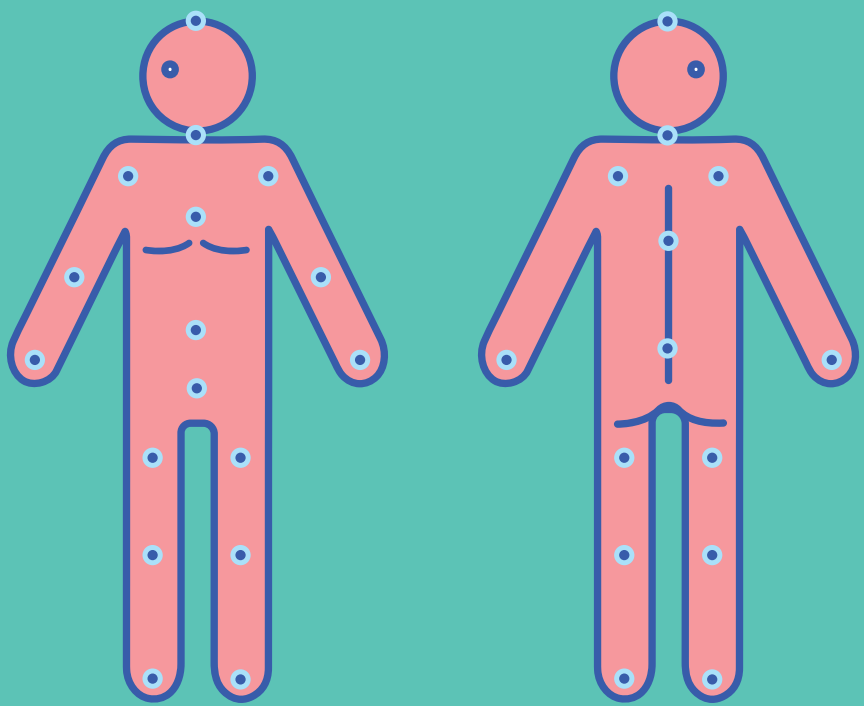


x 2

खुजली करो

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर भाग की ओर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको



आगे

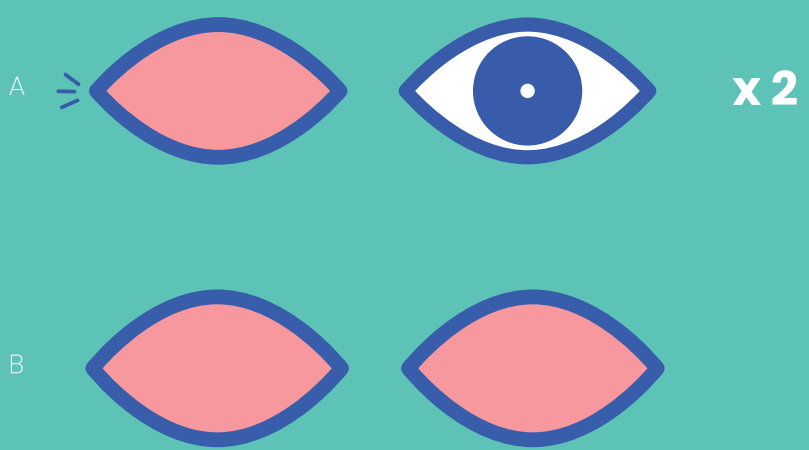
पीछे

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

2 बार एक आँख झपकायें
1 बार पलकें झपकायें



बदलो

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर विकल्प पर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको

कपडे

तकिया/
तकिये का कवर

डायपर

चादर/
रजाई

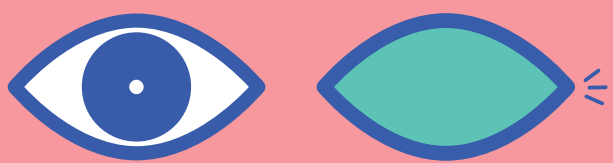
हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

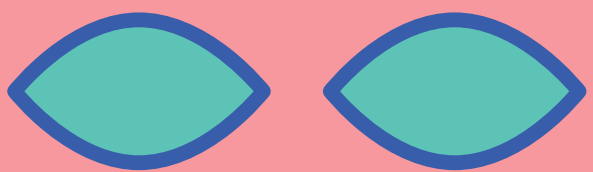
2 बार एक आँख झपकायें
2 बार पलकें झपकायें

A



x 2

B



x 2

बराबर करो

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

हर विकल्प पर इशारा करो और प्रतिक्रिया के लिए रुको

रजाई

कपडे

चश्मा

बाल

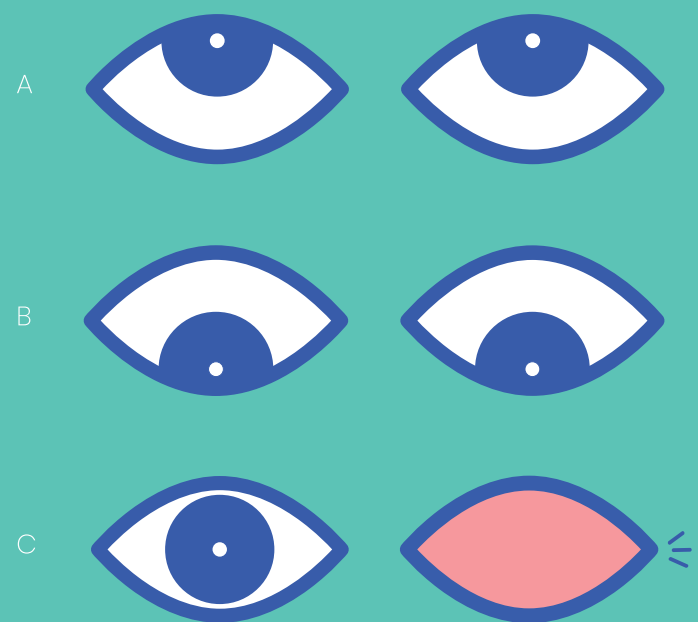
तकिया

हाँ = 1 बार पलकें झपकायें

नहीं = 2 बार पलकें झपकायें

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार ऊपर देखें
1 बार नीचे देखें
1 बार आँख झपकायें

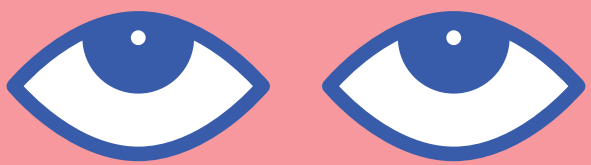


जन्मदिन / वर्षगाँठ / त्यौहार / मदर्स डे
की बधाई हो

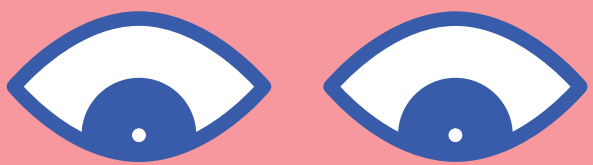
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार ऊपर देखें
1 बार नीचे देखें
2 बार एक आँख झपकायें

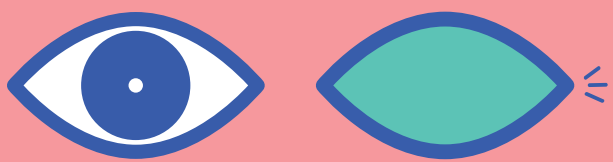
A



B



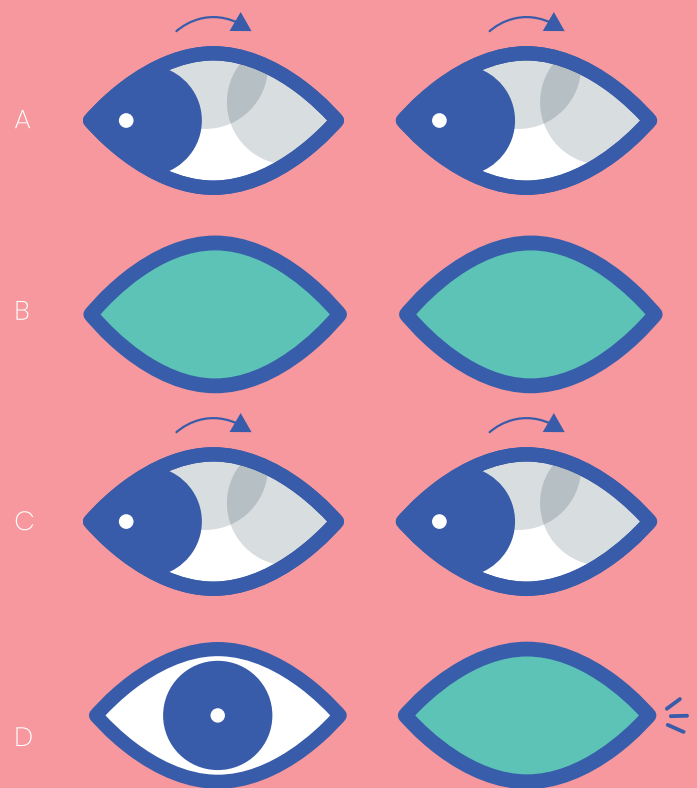
C



x 2

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

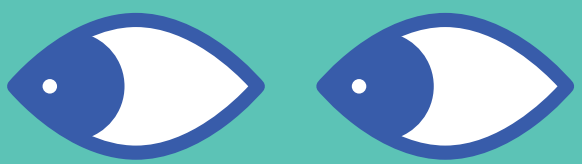
1 बार आँखें घुमायें
1 बार पलकें झपकायें
1 बार आँखें घुमायें
1 बार आँख झपकायें



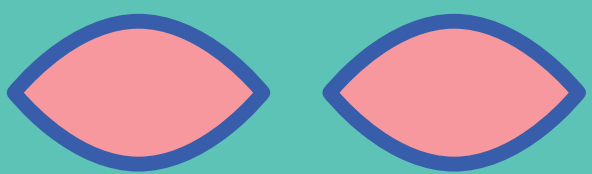
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार बायें आँख झपकायें
2 बार पलकें झपकायें
1 बार दायें आँख झपकायें

A

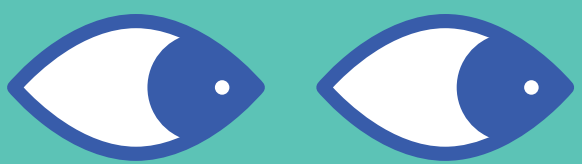


B



x 2

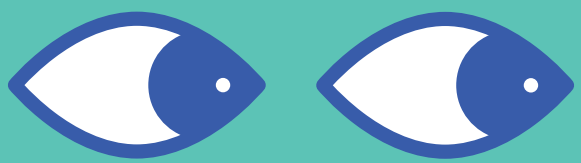
C



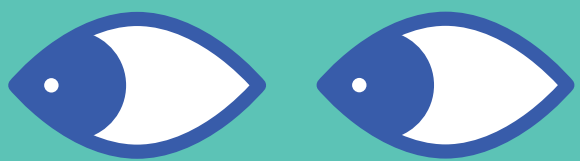
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार बायें देखें
1 बार दायें देखें
3 बार पलकें झपकायें

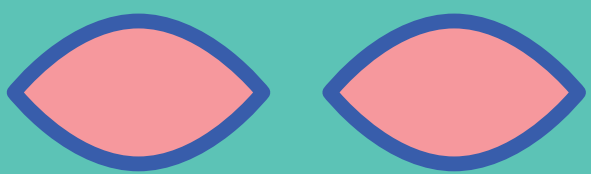
A



B



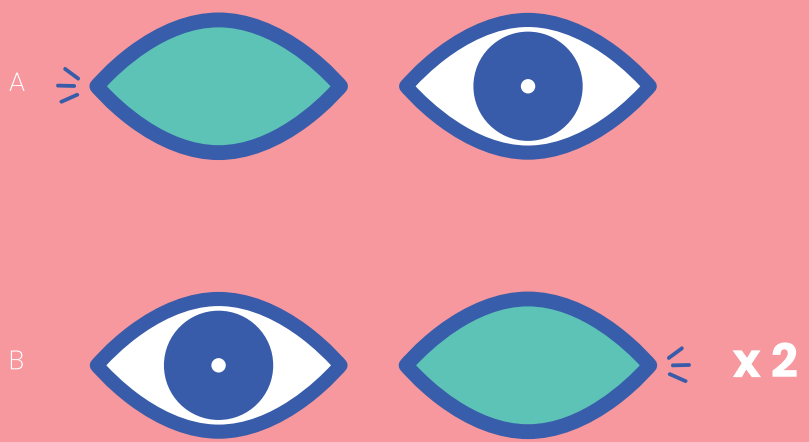
C



x 3

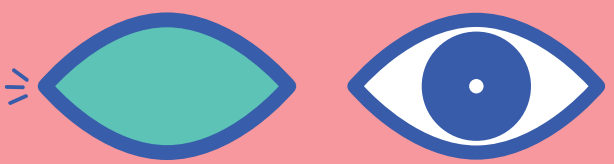
SIZE: 15(w) X 20(h) cms

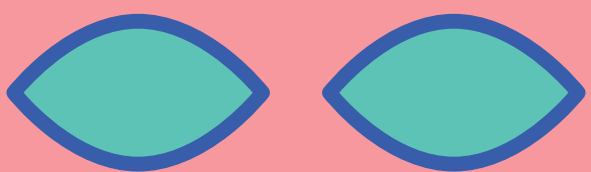
1 बार बायीं आँख झपकायें
2 बार दायीं आँख झपकायें

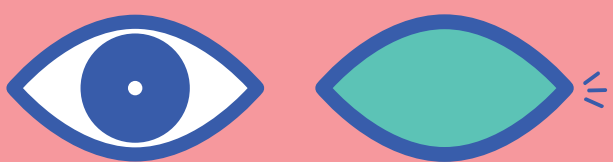


SIZE: 15(w) X 20(h) cms

2 बार बायें आँख झपकायें
1 बार पलकें झपकायें
2 बार दायें आँख झपकायें

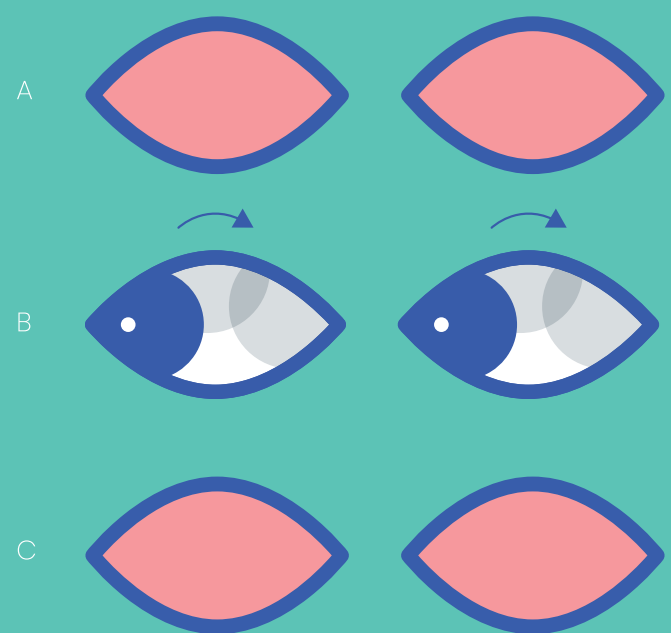
A  x 2

B 

C  x 2

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

1 बार पलकें झपकायें
1 बार आँखें घुमायें
1 बार पलकें झपकायें



वर्णमाला

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

A 1 बार झपकाना	**B** 1 बार झपकाना 1 बार आँख मारना	**C** 1 बार बंद करना 1 बार ऊपर
D 1 झपकाना 1 बार घुमाना	**E** 1 बार झपकाना 1 बार बाएँ	**F** 1 बार झपकाना 1 बार दाएँ
G 1 बार झपकाना 1 बार झपकाना	**H** 1 बार आँख मारना	**I** 1 बार आँख मारना 1 बार ऊपर
J 1 बार आँख मारना 1 बार घुमाना	**K** 1 बार आँख मारना 1 बार बाएँ	**L** 1 बार आँख मारना 1 बार दाएँ
M 1 बार आँख मारना 1 बार आँख मारना	**N** 1 बार आँख मारना 2 बार आँख मारना	**O** 1 बार घुमाना

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

P

1 बार घुमाना
1 बार घुमाना

Q

1 बार ऊपर

R

1 बार ऊपर
1 बार नीचे

S

1 बार ऊपर
1 बार बाएँ

T

1 बार ऊपर
1 बार दाएँ

U

1 बार ऊपर
1 बार ऊपर

V

1 बार दाएँ

W

1 बार दाएँ
1 बार बाएँ

X

1 बार दाएँ
1 बार दाएँ

Y

1 बार बाएँ

Z

1 बार बाएँ झपकाना
1 बार बाएँ झपकाना

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

अनुक्रमणिका

आरंभ/अंत 8
गलत 9
हाँ 10
नहीं 11
मैं ठीक हूँ 12
मैं ठीक नहीं हूँ 13
परिवार को बुलाओ 14
डॉक्टर को बुलाओ 15
मुझे नींद आ रही है 16
साँस लेने में दिक्कत हो रही है 17
पानी 18
शौचालय 19
दिल में दर्द 20
आज आप कैसे हैं? 21
आपातकाल 22
चक्कर आ रहे हैं/ नाक बंद/ मरोड़/ घबराहट हो रही है/ गले में कुछ अटका है 23
संकट 24
कोई परेशान कर रहा है/यौन शोषण/ चोर/पुलिस को बुलाओ 25
समस्या 26
ठंड लग रही है/ मुझे थुकना है/ गर्मी लग रही है/ निवाला दांत में अटका है/ सर दर्द 27
मेरा स्थान बदलो 28
कुर्सी/ पलंग/ सोफा/ व्हीलचेयर/ खाने की मेज़ 29
मुझे तुम से प्यार है 30
मुझे माफ कर दो 31
धन्यवाद 32
मुझे गले लगाओ 33
कुछ बात करते हैं 34
चलो बाहर चलते हैं 35
मुझे घर जाना है 36
मुझे मेरे कुत्ते/बिल्ली से मिलना है 37
बधाई हो 38
मुझे आप पर गर्व है 39
मुझे दर्द/बेचैनी है 40
आगे/पीछे 41
मेरी पज़िशन को बदलो 42
कुर्सी पर बैठाओ/सीधा लेटाओ/बायें मोड़ो/दायें मोड़ो 43
मुझे कुछ खाने का मन है 44
फल/पसंदीदा खाना/ ठंडा/ मीठा/ तीखा/ गर्म 45
मनोरंजन 46
टीवी/संगीत/अखबार/आई पैड/फिल्म 47
बिजली उपकरण 48
पंखा/ एसी/ लाइट/ टीवी/ हीटर/बढ़ाओ/कम करो 49
कपड़े से पोंछो 50
आगे/पीछे/चेहरा 51
मुझे हिलाओ 52
आगे/पीछे 53
मालिश करो 54
आगे/पीछे 55
मुझे पकड़ो 56
आगे/पीछे 57
उठाओ 58
आगे/पीछे 59

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

अनुक्रमणिका

पानी से साफ करो	60
आगे/पीछे	61
खुजली करो	62
आगे/पीछे	63
बदलो	64
कपड़े/ तकिया/ तकिए का कवर/ डायपर/ चादर/ रजाई	65
बराबर करो	66
रजाई/कपड़े/चश्मा/बाल/तकिया	67
जन्मदिन/ वर्षगाँठ/ त्यौहार / मदर्स डे की बधाई हो	68
----------	69
----------	70
----------	71
----------	72
----------	73
----------	74
वर्णमाला	75

कृपया संपर्क कीजिए

डॉ. हेमांगी साने

संस्थापक, आशा एक होप फाउंडेशन ALS/MND के लिये
डिप्टी डायरेक्टर, न्यूरोजेन ब्रेन एंड स्पाइन इंस्टीट्यूट
402, गुरुप्रभा अपार्टमेंट, सेनापति बापट रोड, दादर (पश्चिम),
मुंबई, महाराष्ट्र 400028

+91 98197 41333

गीत राठी

आशा एक होप, ALS/MND के लिये, स्वयसेवक आणि संस्थापक **ब्लिंक टू स्पीक**
402, गुरुप्रभा अपार्टमेंट, सेनापती बापट मार्ग, दादर (पश्चिम),
मुंबई, महाराष्ट्र 400028

+91 9833890099

डॉ. आलोक शर्मा

डायरेक्टर, न्यूरोजेन ब्रेन एंड स्पाइन इंस्टीट्यूट
प्लॉट 19, सेक्टर 40, सीवूड्स ग्रैंड सेंट्रल रेलवे स्टेशन के पास,
ऑफ पाम बीच रोड, सीवूड्स, नवी मुंबई, महाराष्ट्र 400706

+91 99202 00400

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

Asha Ek Hope

Foundation for MND/ALS, INDIA

NeuroGen

Brain & Spine Institute

Centre for Stem Cell Therapy and Neurorehabilitation

ISO 9001:2015 Certified

ashaekhope.com | neurogenbsi.com

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

blinktospeak.com

ashaekhope.com | neurogenbsi.com

SIZE: 15(w) X 20(h) cms

ब्लिंक टू स्पीक

आँखों की भाषा – हिंदी

Spine