

Calendar 2019



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

طِبِّ النَّبِيِّ ﷺ

TIBB-E-NABWI ﷺ

The teachings of Islam serve as guide posts for all Muslims as they navigate through the various stages of life. Also contained in various Ayaat and Hadith are gems of knowledge, shedding light on the many gifts of Allah ﷻ to mankind, which contain a multitude of health benefits. This year, our calendar focuses on some of these blessings of Allah ﷻ, all part of the Tibb-e-Nabwi ﷺ and all promising amazing health benefits. Make them part of your life and experience the benefits yourself!

Concept: Meezan Bank's Team • Visualization: Argus Advertising (Pvt) Limited • Printed by: Vasa Printers (Pvt) Limited

☎ 111-331-331 & 111-331-332

🌐 www.meezanbank.com





Dates

کھجور



بے شک کھجور میں شفا ہے۔

(الحدیث) المسلم (۱۴:۳)، مسناد احمد (۶:۱۵۲)

Indeed in dates there is cure.

(Al-Hadith) Al-Muslim (14:3), Masnad-e-Ahmed (6:152)

January 2019

ربيع الثاني / ربيع الثاني ١٤٤٠



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

February 2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	٢٢ 1	٢٥ 2	٢٦ 3	٢٧ 4	٢٨ 5	٢٩ 6
٣٠ 7	١ 8	٢ 9	٣ 10	٤ 11	٥ 12	٦ 13
٧ 14	٨ 15	٩ 16	١٠ 17	١١ 18	١٢ 19	١٣ 20
١٤ 21	١٥ 22	١٦ 23	١٧ 24	١٨ 25	١٩ 26	٢٠ 27
٢١ 28	٢٢ 29	٢٣ 30	٢٤ 31			



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!





Olives

زیتون



زیتون کا تیل کھانے میں بھی استعمال کرو اور سوراخ اور جسم کی مالش میں بھی، کیونکہ یہ مقدس درخت کا تیل ہے۔

(الحدیث) الترمذی (۳۰۲۸۵)

Use olive oil in your food as well and for your hair and skin, for it comes from a blessed tree.

(Al-Hadith) Al-Tirmidhi (4:285)

February 2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ / جُمَادِي الْآخِرَةَ ١٤٤٠



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

March 2019

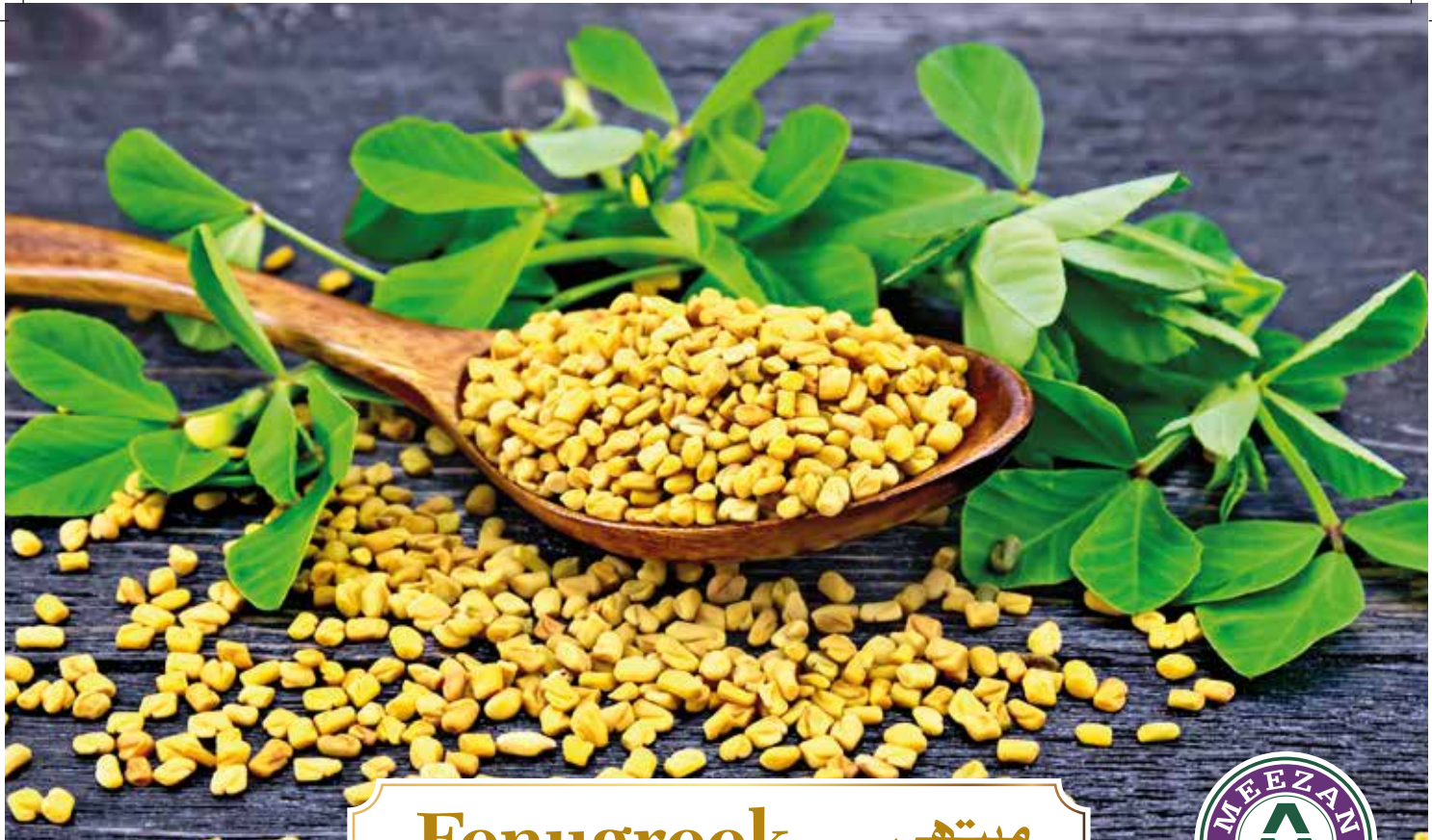
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				٢٥ 1	٢٦ 2	٢٧ 3
٢٨ 4	٢٩ 5 Kashmir Day	٣٠ 6	١ 7 جُمَادِي الْآخِرَةَ	٢ 8	٣ 9	٤ 10
٥ 11	٦ 12	٧ 13	٨ 14	٩ 15	١٠ 16	١١ 17
١٢ 18	١٣ 19	١٤ 20	١٥ 21	١٦ 22	١٧ 23	١٨ 24
١٩ 25	٢٠ 26	٢١ 27	٢٢ 28			



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!





Fenugreek میتھی



رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ اگر میری امت کو پتا چل جائے کہ اس کے لئے میتھی میں کیا (فائدہ) ہے تو وہ اسے خرید لیتے اگرچہ انہیں اس کے عوض میتھی کے ہم وزن سونا دینا پڑتا۔
(الحدیث) مسند الشافعیین (1:232)

The Messenger of Allah ﷺ said: If my Ummah knew what (benefit) is in fenugreek for them, then they would have bought it, even if they had to pay gold of equivalent weight for it.

(Al-Hadith) Musnad ul Shameeyeen (1:232)

March 2019

حجرات الخیر / رجب ۱۴۴۰



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

April 2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				۲۳ 1	۲۴ 2	۲۵ 3
۲۶ 4	۲۷ 5	۲۸ 6	۲۹ 7	۳۰ 8	۱ 9	۲ 10
۳ 11	۴ 12	۵ 13	۶ 14	۷ 15	۸ 16	۹ 17
۱۰ 18	۱۱ 19	۱۲ 20	۱۳ 21	۱۴ 22	۱۵ 23	۱۶ 24
۱۷ 25	۱۸ 26	۱۹ 27	۲۰ 28	۲۱ 29	۲۲ 30	۲۳ 31



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!





Honey

شہد



(اس طرح) اس مکھی کے پیٹ سے وہ مختلف رنگوں والا مشروب (شہد) نکلتا ہے جس میں لوگوں کے لئے شفاء ہے۔

(القرآن) سورۃ النحل (۱۶:۶۹)

From their bellies comes out a drink of various colors in which there is cure for people.

(Al-Quran) Surah Al-Nahal (16:69)

April 2019

رَجَبُ / شَعْبَانُ ١٤٤٠



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

May 2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
٢٢ 1	٢٥ 2	٢٦ 3	٢٧ 4	٢٨ 5	٢٩ 6	١ 7 شَعْبَانُ
٢ 8	٣ 9	٤ 10	٥ 11	٦ 12	٧ 13	٨ 14
٩ 15	١٠ 16	١١ 17	١٢ 18	١٣ 19	١٤ 20	١٥ 21
١٦ 22	١٧ 23	١٨ 24	١٩ 25	٢٠ 26	٢١ 27	٢٢ 28
٢٣ 29	٢٤ 30					



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!



Miswak مسواک



رسول اللہ ﷺ سے روایت ہے کہ مسواک منہ کو پاک کرتا ہے اور پروردگار کو راضی کرتا ہے۔
(الحدیث) البخاری (1:66)

The Messenger of Allah ﷺ said: The Miswak (tooth-stick) cleanses and purifies the mouth and pleases the Lord.

(Al-Hadith) Al-Bukhari (1:66)

May 2019

شعبان/رمضان ١٤٤٠



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

June 2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
						1 2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		٢٥ 1 Labour Day	٢٦ 2	٢٧ 3	٢٨ 4	٢٩ 5
٣٠ 6	١ 7 رمضان	٢ 8	٣ 9	٤ 10	٥ 11	٦ 12
٧ 13	٨ 14	٩ 15	١٠ 16	١١ 17	١٢ 18	١٣ 19
١٤ 20	١٥ 21	١٦ 22	١٧ 23	١٨ 24	١٩ 25	٢٠ 26
٢١ 27	٢٢ 28	٢٣ 29	٢٤ 30	٢٥ 31		



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!



Black Cumin کلونجی



کلونجی میں موت کے سوا ہر بیماری کے لئے شفا ہے۔

(الحديث) البخاری (1:263)

There is healing in black cumin (Kalonji) for all diseases except death.

(Al-Hadith) Al-Bukhari (1:263)

June 2019

رَمَضَانَ / شَوَّالَ ١٤٤٠



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

July 2019

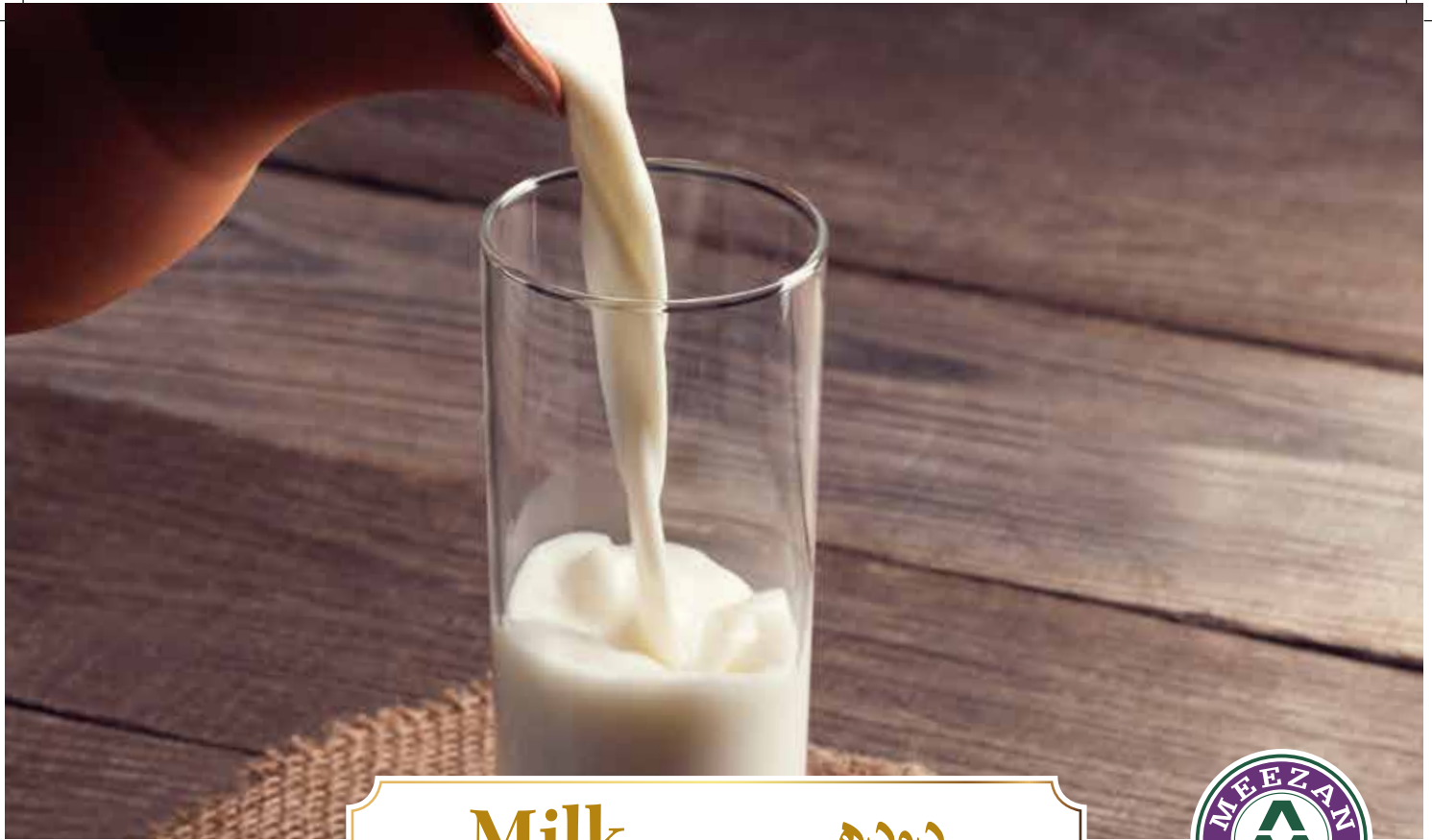
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					٢٦ 1	٢٧ 2
٢٨ 3	٢٩ 4	١ 5 شَوَّالَ Eid-ul-Fitr	٢ 6	٣ 7	٤ 8	٥ 9
٦ 10	٧ 11	٨ 12	٩ 13	١٠ 14	١١ 15	١٢ 16
١٣ 17	١٤ 18	١٥ 19	١٦ 20	١٧ 21	١٨ 22	١٩ 23
٢٠ 24	٢١ 25	٢٢ 26	٢٣ 27	٢٤ 28	٢٥ 29	٢٦ 30



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!





Milk

دودھ



اُن کے پیٹ میں جو گوہر اور خون ہے، اُس کے بیچ میں سے ہم تمہیں ایسا صاف ستھرا دودھ پینے کو دیتے ہیں جو پینے والوں کے لئے خوشگوار ہوتا ہے۔
(القرآن) سورۃ النحل (۱۶:۶۶)

We provide you, out of what lies in their bellies between faeces and blood, the (drink of) milk,
pure and pleasant for those who drink.

(Al-Quran) Surah Al-Nahal (16:66)

July 2019

شَوَّال / ذُو الْحِجَّةِ ١٤٤٠



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

August 2019

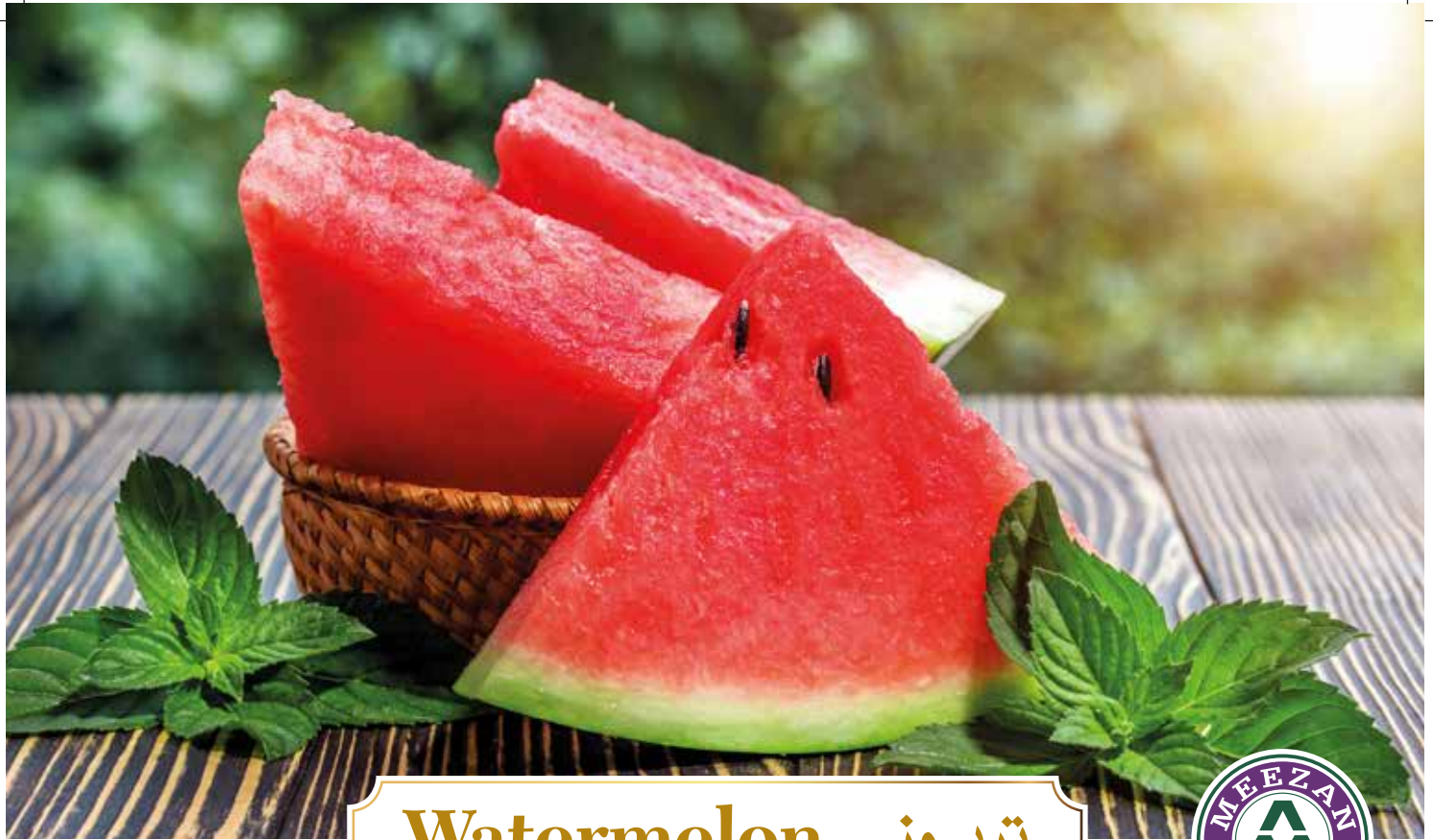
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
٢٧ 1	٢٨ 2	٢٩ 3	٣٠ 4	١ 5 ذُو الْحِجَّةِ	٢ 6	٣ 7
٤ 8	٥ 9	٦ 10	٧ 11	٨ 12	٩ 13	١٠ 14
١١ 15	١٢ 16	١٣ 17	١٤ 18	١٥ 19	١٦ 20	١٧ 21
١٨ 22	١٩ 23	٢٠ 24	٢١ 25	٢٢ 26	٢٣ 27	٢٤ 28
٢٥ 29	٢٦ 30	٢٧ 31				



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!





Watermelon تربوز



حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم تربوز کے ساتھ کھجور کھایا کرتے تھے، آپ صلی اللہ علیہ وسلم فرماتے تھے کہ ہم کھجور کی گرمی کو تربوز کی ٹھنڈک سے اور تربوز کی ٹھنڈک کو کھجور کی گرمی سے کم کرتے ہیں۔

(المحدث) ابوداؤد (۳:۴۲۷)

Narrated by Hazrat Aisha رضی اللہ عنہا, Ummul Mu'minin: The Messenger of Allah صلی اللہ علیہ وسلم used to eat Watermelon with fresh dates, and he used to say: The heat of one is broken by the coolness of the other, and the coolness of one by the heat of the other.

(Al-Hadith) Abu Dawood (3:427)

August 2019

ذو القعدة / ذو الحجة ١٤٤٠



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

September 2019

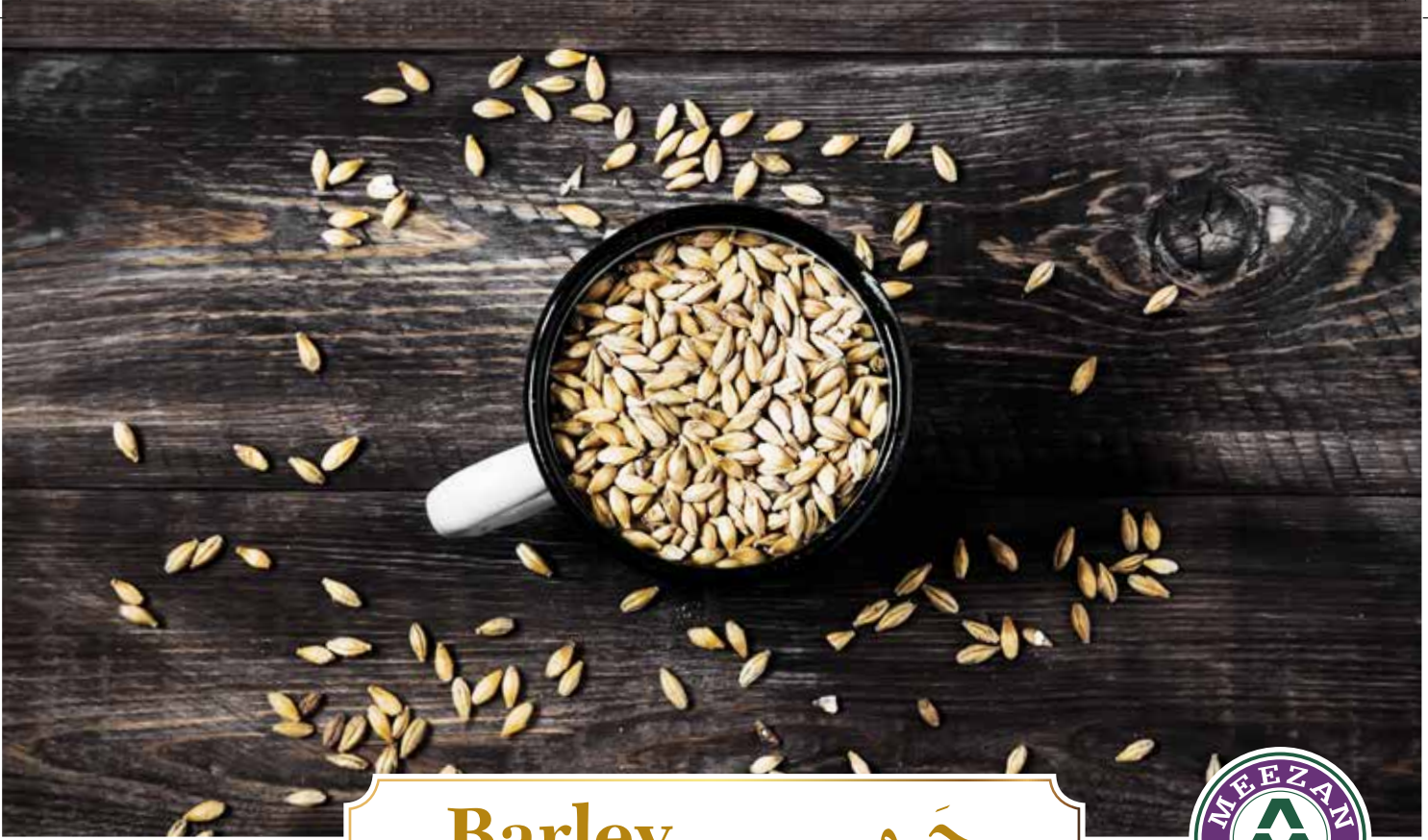
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
30						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
			٢٨ 1	٢٩ 2	١ 3 ذو الحجة	٢ 4
٣ 5	٤ 6	٥ 7	٦ 8	٧ 9	٨ 10	٩ 11
١٠ 12 Eid-ul-Azha	١١ 13	١٢ 14 Independence Day	١٣ 15	١٤ 16	١٥ 17	١٦ 18
١٧ 19	١٨ 20	١٩ 21	٢٠ 22	٢١ 23	٢٢ 24	٢٣ 25
٢٤ 26	٢٥ 27	٢٦ 28	٢٧ 29	٢٨ 30	٢٩ 31	



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!





Barley جَو



رسول اللہ ﷺ جو کہ تلہینہ کو بطور علاج تجویز فرماتے اور ارشاد فرماتے کہ جو کاتلہینہ نمکین کے دل کو مضبوط کرتا ہے اور مریض کے دل سے غم دور کرتا ہے۔
(الحدیث) ابن ماجہ (۲:۱۱۳۰)

The Messenger of Allah ﷺ prescribed the porridge of barley as a cure and said: It consoles the grieving heart and cleanses the ailing heart.

(Al-Hadith) Ibn e Maja (2:1140)

September 2019

مَحْرَمٌ / صَعْتَنٌ ١٤٤١



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

October 2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
١ 30 صَعْتَنٌ						١ 1 مَحْرَمٌ
٢ 2	٣ 3	٤ 4	٥ 5	٦ 6	٧ 7	٨ 8
٩ 9	١٠ 10 Ashura	١١ 11	١٢ 12	١٣ 13	١٤ 14	١٥ 15
١٦ 16	١٧ 17	١٨ 18	١٩ 19	٢٠ 20	٢١ 21	٢٢ 22
٢٣ 23	٢٤ 24	٢٥ 25	٢٦ 26	٢٧ 27	٢٨ 28	٢٩ 29



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!





Vinegar سرکہ



رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: سرکہ کیا ہی عمدہ سا لہن ہے، اے اللہ! سرکہ میں برکت عطا فرما، اس لئے کہ یہ مجھ سے پہلے انبیاء کا سامن تھا اور جس گھر میں سرکہ ہو وہ تکملاً سق کا شکار نہیں ہوتا۔
(الحديث) ابن ماجہ (۲:۱۱۰۲)

The Messenger of Allah ﷺ said: What a blessed condiment vinegar is. O Allah, bless vinegar, for it was the condiment of the Prophets before me, and no house will ever be poor in which there is vinegar.

(Al-Hadith) Ibn-e-Majah (2:1102)

October 2019

صَفَرُ / رَبِيعُ الْأَوَّلِ ١٤٤١



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

November 2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2 3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	٢ 1	٣ 2	٤ 3	٥ 4	٦ 5	٧ 6
٨ 7	٩ 8	١٠ 9	١١ 10	١٢ 11	١٣ 12	١٤ 13
١٥ 14	١٦ 15	١٧ 16	١٨ 17	١٩ 18	٢٠ 19	٢١ 20
٢٢ 21	٢٣ 22	٢٤ 23	٢٥ 24	٢٦ 25	٢٧ 26	٢٨ 27
٢٩ 28	٣٠ 29	١ 30	٢ 31			



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!



Mushroom

كهمبى



كهمبى من (مىل سے) ہے اور اس كا پانى آنكھوں كى بيماريوں كے لئے شفاء ہے۔

(الحديث) البخارى (1:36)

Mushrooms are a type of manna, and their water is healing for eye (diseases).

(Al-Hadith) Al-Bukhari (1:36)

November 2019

رَبِيعُ الْأَوَّلِ / رَبِيعُ النَّائِبِ ١٤٤١



Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

December 2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
30	31					1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				٣ 1	٢ 2	٥ 3
٦ 4	٧ 5	٨ 6	٩ 7	١٠ 8	١١ 9	١٢ 10 Eid-e-Milad-un-Nabi
١٣ 11	١٤ 12	١٥ 13	١٦ 14	١٧ 15	١٨ 16	١٩ 17
٢٠ 18	٢١ 19	٢٢ 20	٢٣ 21	٢٤ 22	٢٥ 23	٢٦ 24
٢٧ 25	٢٨ 26	٢٩ 27	١ 28 ربيع الثاني	٢ 29	٣ 30	



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!



Cupping Therapy حجامہ



تمہارے علا جوں میں سب سے بہترین حجامہ ہے۔
(الحدیث) البخاری (1:356)

The best thing with which you can treat sickness is cupping.

(Al-Hadith) Al-Bukhari (1:356)

December 2019

ربيع الثاني / ربيع الثاني ١٤٤١



Meezan Bank

The Premier Islamic Bank

January 2020

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
٣ 30	٤ 31					٥ 1
٥ 2	٦ 3	٧ 4	٨ 5	٩ 6	١٠ 7	١١ 8
١٢ 9	١٣ 10	١٤ 11	١٥ 12	١٦ 13	١٧ 14	١٨ 15
١٩ 16	٢٠ 17	٢١ 18	٢٢ 19	٢٣ 20	٢٤ 21	٢٥ 22
٢٦ 23	٢٧ 24	٢٨ 25 Quaid-e-Azam Birth Anniversary	٢٩ 26	٣٠ 27	١ 28 ١٤٤١	٢ 29



Download the Free Meezan Mobile App
by scanning the code with your smartphone now!

