Varmakalai in Siddha Songs

M. Mohamed Navab Khan
Doctoral Researcher, 2421327011003
Vivekananda College, Agasteeswaram, Kanyakumari District
Manonmaniam Sundaranar University, Abishekaptti, Tirunelveli

Dr: R. Ramakumar
Assistant Professor, Tamil Research Center, Vivekananda College
Agasteeswaram, Kanyakumari District
Manonmaniam Sundaranar University, Abishekaptti, Tirunelveli

மலர்: 10

சிறப்பிதழ்: 1

மாதம்: அக்டோபர்

வருடம்: 2025

P-ISSN: 2454-3993

E-ISSN: 2582-2810

DOI:
https://doi.org/10.5281/zenodo.17346734

Abstract

Varmakalai is a martial art and medical system from the Tamil tradition. It teaches techniques to heal or harm using key points of the body called "varmangal" or pressure points. It combines elements of self-defense, massage, and alternative medicine. This article examines who are the Varmaniyars, Varmana points, the qualifications of Varmana students, and what happens if Varmana is touched through Siddha songs. Varmam is an ancient medical and martial art originating in the Tamil tradition. Its aim is to identify the main nerve points, nadis, and energy centers of the body and stimulate or relax them to improve physical and mental well-being. This art, which has many varieties such as PaduVarmam, ThoduVarmam, ThatuVarmam, NokkuVarmam, is used to restore the body's vitality, cure diseases, and for self-defense.

Keywords: *Varmam, Mystery, Subtlety, Deception, Cruelty, Moderation, Siddha, Nazhigai (hours), Etutuchuvadi, Sirasu (head), Kandam (Neck), Unthi (Stomach,Navel), Nabhi (Stomach, Navel)*

Other Information

1. Funding: Independent research; no external funding.
2. Acknowledgment: Thanks to the Tamil Nadu Archaeological Department and researchers.
3. Author Contribution: The article has been entirely undertaken by the author.
4. Data Availability: Public reports and journals published by the Archaeological Department.

சித்தர் பாடல்களில் வர்மக்கலை

மு. முகம்மது நவாப்கான்
முனைவர் பட்ட ஆய்வாளர், 2421327011003
விவேகானந்தா கல்லூரி, அகஸ்தீஸ்வரம், கன்னியாகுமரி மாவட்டம்
மனோன்மணியம் சுந்தரனார் பல்கலைக்கழகம், அபிசேகப்பட்டி, திருநெல்வேலி

முனைவர் இரா. இராமகுமார்
உதவிப் பேராசிரியர், தமிழுயராய்வு மையம்
விவேகானந்தா கல்லூரி, அகஸ்தீஸ்வரம், கன்னியாகுமரி மாவட்டம்
மனோன்மணியம் சுந்தரனார் பல்கலைக்கழகம், அபிசேகப்பட்டி, திருநெல்வேலி

ஆய்வுச் சுருக்கம்
வர்மம் என்பது தமிழ் மரபில் தோன்றிய பழமையான மருத்துவம் மற்றும் தற்காப்பு கலை ஆகும். உடலின் முக்கிய நரம்புபுள்ளிகள், நாடிகள், மற்றும் ஆற்றல் மையங்களை கண்டறிந்து, அவற்றை தூண்டி அல்லது தளர் வடையச் செய்து உடல் மற்றும் மனநலத்தை மேம்படுத்துவது இதன் நோக்கமாகும். படுவர்மம், தொடுவர்மம், தட்டுவர்மம், நோக்கு வர்மம் என பல வகைகள் கொண்ட இக்கலை உடலின் உயிர்சக்தியைச் சீர்படுத்தி, நோய்களைக் குணப்படுத்தவும், தற்காப்புக்கும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. வர்மக்கலை என்பது தமிழ் மரபைச் சேர்ந்த ஒரு தற்காப்புக் கலை மற்றும் மருத்துவ முறையாகும். இது உடலின் முக்கியப் புள்ளிகளான "வர்மங்கள்" அல்லது அழுத்தப்புள்ளி கணிக்கப் பயன்படுத்தி, குணப்படுத்துவதற்கும் அல்லது பாதிப்பை ஏற்படுத்துவதற்கும் உள்ள நுட்பங்களைக் கற்றுக் கொடுக்கிறது. இதுதற்காப்பு, மசாஜ், மற்றும் மாற்று மருத்துவத்தின் கூறுகளை ஒருங்கிணைக்கிறது. இக்கட்டுரையில் வர்மானியர்யார், வர்மபுள்ளி, வர்மமாணவர்களின் தகுதி, வர்மம் பட்டால் என்ன ஆகும் என்பதை சித்தர் பாடல்களின் வழியாக ஆய்வதாக இக்கட்டுரை அமைகிறது.

திறவுச் சொற்கள்: *வர்மம், மர்மம், சூட்சுமம், ஏமம், வன்மம், அடக்கம், சித்தர், நாழிகை, ஏட்டுச்சுவடி, சிரசுகண்டம், உந்திநாபி*

முன்னுரை

வர்மக்கலை என்பது தமிழ் மரபைச் சேர்ந்த ஒரு தற்காப்புக் கலை மற்றும் மருத்துவ முறையாகும். இது உடலின் முக்கியப் புள்ளிகளான "வர்மங்கள்" அல்லது அழுத்தப் புள்ளி கணிக்கப் பயன்படுத்தி, குணப்படுத்துவதற்கும் அல்லது பாதிப்பை ஏற்படுத்துவதற்கும் உள்ள நுட்பங்களைக் கற்றுக்கொடுக்கிறது. இதுதற்காப்பு, மசாஜ், மற்றும் மாற்று மருத்து வத்தின் கூறுகளை ஒருங்கிணைக்கிறது. இக்கட்டுரையில் வர்மானியர் யார், வர்ம புள்ளி, வர்ம மாணவர்களின் தகுதி, வர்மம் பட்டால் என்ன ஆகும் என்பதை சித்தர் பாடல்களின் வழியாக ஆராய்வதாக இக்கட்டுரை அமைகிறது.

வர்மம் என்ற சொல்லின் பொருள்

மூன்று கடல்களும் ஒன்றையொன்று முத்தமிடும் கன்னியாகுமரி முனையை ஒட்டிய ஒருசில மாவட்டங்களில் தொன்று தொன்று தொட்டு நிலவி வந்த ஒரு போர்க்கலையே வர்மம் என்பதாகும்இக்கலைவரலாற்றில் அழியாப் புகழ் பெற்று உலவி வருகின்றது.

வர்மம் என்ற சொல் "மர்மம்" என்ற சொல்லின் திரிபே ஆகும். மர்மம் என்பதற்கும் "சூட்சுமம்" என்றும் பொருள் கொள்ளலாம்; மேலும் மறைவிடங்கள், புதிர் என்னும் அர்த்தங்கள் காணலாம். இன்னது தான் என்று அறிய முடியாத ரகசியமே மர்மம் அல்லது வர்மம் என்பதாகும்.

உடலில் மர்மமாக அதாவது மறை பொருளாக காணப்படும் இடங்களை பயன்படுத்தி போர்களையும், வைத்திய முறையும் செயல்படுத்தப்பட்டன; செயல் படுத்தப்பட்டும் வருகின்றன.

வர்மக்கலைஅழியாதது; அருமையானது; வைத்திய கலைகளில் ஈடு இணை அற்றது; எளிமையானது; ஏழைக்கும் கூட எளிதில் கிடைக்கக்கூடியது. விஞ்ஞான ரீதியில் ஆனது எனலாம்.

வர்மக்கலை பற்றிய விளக்கம்

ஆபத்துக் காலங்களில் தங்களைத் தாங்களே காத்துக் கொள்வதற்காகப் பயிற்சி வைக்கப்பட்டது வர்மக்கலை. இது அடுத்தவனின் அழிவிற்காக அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட ஒரு கலை அல்ல. ஆக்கப்பூர்வமானது! ஆபத்தான நேரங்களில் செயல்பட வல்லது இச் சிறிய கலை! எதிரியின் மர்மஸ்தானங்களில் அடித்தோ, தட்டியோ, தொட்டோ அவனை கணப் பொழுதில் நினைவிலக்கச் செய்து தன்னை பாதுகாத்துக் கொள்ள அமைந்த கலையே வர்மக்கலை ஆகும்.

தட்டி வீழ்த்தப்பட்ட ஒருவனை, மீண்டும் சாதாரண நிலைக்குத் திரும்பச் செய்ய, மீண்டும் தட்டி விடுவதும் மர்மக்கலையின் தர்மமாகும்.

இக்கலையில் குரு - சிஷ்யன் உண்டு. பெரியவன், சிறியவன் கிடையாது. இக்கலையில் ஆசான் மாணவன் உண்டு..... பகையும், கொலையும் கிடையாது.

வர்மத்தின் மறுபெயர்கள்

காலன், ஏமம், வன்மம், அடக்கம், சூட்சுமம், காலம், மர்மம், என்று மாற்றுப் பெயர்கள் பல பெற்றுத் திகழ்வது வர்மக்கலை. காலன், காலம் வர்மம் அடிபட்ட ஒருவனை குறிப்பிட்டக் காலத்திற்குள் எழுப்பி விடவேண்டும் இல்லை என்றால் அவனுக்கு மரணம் ஏற்படும்.

ஏமம் - பாதுகாப்பு என்பது ஏமம் என்று சொல்லின் உட்பொருள் ஆகும்.

வன்மம் - வலிந்து தாக்குதலை வன்மம் என்ற சொல் குறிப்பிடுகிறது.

சூட்சுமம் - உடலில் சூட்சுமமான பகுதிகளில் தாக்கப்படுவதால் "சூட்சுமம்" என்பது காரணப் பெயராக நிலவுகிறது.

அடக்கம் - மர்மஸ்தானங்களை அடங்கியிருக்கும் கலை ஆதலால் அடக்கம் என்று குறிப்பிடுவதும் உண்டு.

வர்ம ரகசியம்

வர்மக்கலை ரகசியமாகவே போற்றி பாதுகாக்கப்பட்டது என்பதனை ஒரு வர்ம நூல் கீழ்க்கண்ட பாடல் மூலம் தெளிவாக விளக்குகியுள்ளது.

உறவாடி சிலபேர்கள் நூல்தா னென்று
ஓவியம்போல் மொழி பேசி உன்னை ஏய்ப்பார்
திறமான நூலவர்க்கு வெளிவிடாதே
சீசனன்று பனிரெண்டு வருடம் காத்தால்
அறிவான புத்தியவர்க்கு இருந்ததனால்
அப்பனே பொருள் வாங்கி நூலை ஈயே
இகத்திலுள்ள வம்பருக்கு ஈன்றாயானால்
சாவதுபோல் கடுநரகில் விழுவாய் சொன்னேன்
சண்டாளர்க்கு ஈயாதே தரணிமீது
தாமிதுவே வெளியேற சொன்னோமென்று
தாரணியில் இந்நூல் மறைத்தார் பாரே

வர்ம மாணவருக்குரியத் தகுதிகள்

வர்மக்கலை பயில்வோர் மிகுந்த பக்தி உடையவராக இருத்தல் வேண்டும். நன்னடத்தை உள்ளவராகவும், பொறுமை, அன்பு, கருணை, போன்ற குணங்கள்

உடையவராக இருத்தல் வேண்டும். குரு பக்தி உடையவராகவும், விடாமுயற்சியுடன் செயல்படுபவராகவும், கோபங்களை கடந்தவராகவும் இருத்தல் அவசியம். இதனை,

சீடனுமே ஆவதற்கு வருவானாகில் ஆனைக்கால்
தப்புக்கள் ஒன்றில்லா தவனாய்த் தேர்ந்தெடுத்து
எவ்வியிரையும் தன்னுயிர்போல் கருது வோனாய்
ஒப்பதுள்ள ஈராறு வருசங் கத்து
ஒத்த பொருள்வாங்கி தளம் காண்பிப்பாய்
காண்பித்த தளமதுவை வெளியிடாமல்
காசினியில் உனக் கெதியார் வந்தாலும்
நாணித்துப் பின்வாங்கி நல்லோர் போலும்
நல்வாக்கு அவனுக்கு உரித்துப் போட்டு
தோணித்து எப்படியும்மகிழ்ந்து போச்சு
சொரி தள்ளிநீ போக எதிர்ப்பானாகில்
ஆனித்த முத்தலமாம் இந்நூல் மார்க்கம்
அப்பனே செய்யுளில் அடங்கலாச்சு

என்னும் சித்தர் பாடல் தெளிவாக விளங்கியுள்ளது.

தியானம் – பிராணாயாமம்

வர்மம் கற்றுக் கொள்வோர் தியானத்திலும் பிராணாயாமம் என்று சொல்லப்படும் வாசியோகத்திலும் பயிற்சி பெற்றிருத்தல் வேண்டும். தியானம் செய்யச் செய்ய மனம் தெளிவடையும்.

“செய்க தவம்!செய்க தவம்!
நெஞ்சே தவம் செய்தால்
எய்த விரும்பியதை யெய்தலாம் – வையகத்தில்
அன்பிற் சிறந்த தவமில்லை ;
அன்புடையார் இன்புற்று வாழ்தல் இயல்பு”

என்று மகாகவி பாரதியார் தியானமும் ஒரு தவமே என்றுறைத்துள்ளார்.

வர்மத்தின் பிரிவுகள்

“வர்ம பீரங்கி” என்ற ஓர் ஏட்டுச்சுவடியிலுள்ள வர்மானிய நூல் வர்ம பகுதிகளை *108*-பாகங்களாகப் பிரித்துள்ளன.

அவை பின்வருமாறு

சிரசு முதல் கண்டம் வரை உள்ள வர்மங்கள் - *25*
கண்டம் முதல் உந்தி வரை உள்ள வர்மங்கள் - *45*
நாபி முதல் மூலம் வரை உள்ள வர்மங்கள் - *9*
கைகளில் உள்ள வர்மங்கள் - *14*
கால்களில் உள்ள வர்மங்கள் - *15*
மொத்தம் *108*

வர்ம சூத்திரம்என்ற அச்சேற்றப்பட்ட நூல், வர்மத்தை *5* பிரிவுகளாகவும், *108* பாகங்களாகவும் அட்டவணையிட்டுள்ளன

அவை பின்வருமாறு

வாத வர்மம்	-	*64*
பித்த வர்மம்	-	*24*
சிலேற்பன வர்மம்	-	*6*
உள் வர்மம்	-	*6*
தட்டு வர்மம்	-	*8*
மொத்தம்		*108*

“வர்ம சூத்திரம்” என்ற பெயரில் அச்சேற்றப்படாமல், ஓலைச் சுவடியாகவே இருக்கும் நூல் வர்மத்தை இரண்டே பிரிவுகளாக்கிக் கீழ்க்கண்டவாறு அட்டவணையிட்டுள்ளது.

படு வர்மங்கள்	- *12*
தொடு வர்மங்கள்	- *96*
மொத்தம்	*108*

படு வர்மங்கள்

வர்ம பகுதிகளில் அடியோ,தாக்குதலோ, படுமானால், அப்போது ஏற்படும் வர்மமே படு வர்மம் எனப்படும் “படு” என்றால் அதிகம் என்ற ஒரு பொருளும் உண்டு. இந்த வர்மம் அதிக அளவு ஆபத்தை உண்டாக்க வல்லது. படு வர்மங்களில்,

- திலர்த்தக்காலம்

- செவிகுத்திக்காலம்
- பிடரிக் காலம்
- நேர் வர்மம்

உள்ளிட்டவைகள் குறிப்பிடத் தகுந்தவையாகும்.

திளர்த்தக்காலம்

இப்பகுதியில் அடிப்பட்டால் மரணம் வரக்கூடும். அடிபட்ட உடனேயே மயக்கம் ஏற்படும். இப்பகுதியில் அடிபட்டால் உடனே விரைந்து இளக்கி விட வேண்டும்.

நேரப்பா நெற்றி நடு புருவம் தன்னில்
நேராக நெல்லிடைக்கும் தாழ்வ தாக
தாரப்பா திலர்த்த காலம் அதற்குப்பேரு
தட்டனவே முறிவுகொண்டால் விழையாதப்பா
பேரப்பா பிழைகள் வரும் திலர்த்த காலம்
பேசுகிறேன் அதில் வர்மம் கொண்டால் கேளு
கூறப்பா அதில் வர்மம் கொண்டால் கேளு
கூறப்பா வாய்பிளந்து வானம் பார்க்கும்
நாழிகைதான் மூணே முக்கால்
இளக்குமுறை கூறக் கேளு
கூறப்பா குடிம்பிபிடித் திருத்திக் கொண்டு
குணமாக உச்சியில் தட்டிக் கொள்ளே
சாரப்பா பின் கலையும் செவியும் பார்த்துச்
சார்வாகச் சுக்கு வைத்து ஊதுவாயே

செவிக்குத்திக்காலம்

செவியின் (காது) அருகில், தண்டு பகுதிகளில் இவ்வர்மம் காணப்படுகின்றது. எனவே, இதற்கு "செவி குத்திக் காலம்" என்ற பெயர் வந்தது.

இவ்வர்ம பகுதியில் அடிபட்டால் விழிகள் வெளித் தள்ளி, வாயில் நுரை தள்ளும். இவ்வர்மத்தை சுமார் எட்டு அல்லது ஒன்பது மணி நேரத்திற்குள் இளக்கிவிட வேண்டும்.

காடப்பா காதில்சிறு தண்டில் தானே
கலங்காதே செவி குத்திக்காலம் என்பர்,
வீடப்பா செய் குணத்தை விளம்பக் கேளு
விழியிரண்டும் தள்ளிவாயில் பதையும் காணும்
நாடப்பா அதின் குணத்தை நன்றாய்ப் பார்த்து
நாழிகைதான் இருபத்து மூன்றின் குள்மாறும்
மாறும்பார் மறுபுறத்தில் ஊன்றிக் குத்தி
மகத்தான கண்விழியும் தடவித் தாழ்த்து
குருபரனை நினைத்துக்கை மடக்கிக் கொண்டு
கூசாமல் இருபுறமும் தடவித் தாழ்த்து
கருவறிந்து கை பிணைத்துக் தலைமேல் வைத்து
கமலமதில் அடியடித்துக் காதில் ஊத
அருகிருந்தோர் அறியாமல் இளகும் பாரு
அரிசியிட்டு அன்னப்பால் சுக்குமாமே

பிடரிக் காலம்

தலையின் பின்புறப் பகுதி முடிகின்ற இடத்தில் பிடரிக் காலம்என்பர் இவ்வர்மம் காணப்படுகிறது. இந்தப் பகுதியில் அடிபட்டால் மரணம் சம்பவிப்பது நிச்சயம்.

தலைக்குலைந்து, கண்கள் இறுகி, உடல் நடுக்கம், பெருமூச்சும் ஏற்படும். சுமார் 8 அல்லது 9 மணி நேரத்திற்குள் இளக்கி விட வேண்டும்.

தொண்டைக் காலம் பேன் குழிக்காலம் ஆகிய மாற்றுப் பெயர்களிலும் இவ்வர்மம் அழைக்கப்படுகிறது.

ஆமப்பா இன்னுமொரு காலம் சொல்வேன்
ஆச்சரியம் ஆச்சரியம் இதுபோல் உண்டோ?
தாமப்பா தலைமுடித்த தலத்தில் தானே
சார்வான குளிவதிலே பிடரிக் காலம்

நேர் வர்மம்

தொண்டைக் குழியின் நேர் கீழே கூம்புக் பகுதிக்குக்கீழே இவ்வர்மம் காணப் படுகிறது. சுமார் ஏழு அல்லது எட்டு மணி

நேரத்துக்குள் அடிபட்டவன் இளக்கப்பட வேண்டும்.

அருந்திடவே காலமது இளகுஞ் சொன்னேன்
ஆச்சரிய நேர்வர்ம அடவு கேளு
வருத்திடவே கூம்பில் இரு விரலின் தாழ்வாய்
மார்க்கமுடன் நேர்வர்மம் கொண்டால் கேளு
இருந்தவுடல் குளிர்ந்துவிடும் வேர்வை கானும்
இருமலிலே இரத்தம் பொருந்தி வரும்
பொருத்திடவே நாழிகைதான் பதினெட்டுக்குள்
புத்தியுடன் உச்சியிலோர் அடியும் போடே

முடிவுரை

வர்மம் என்பது தமிழ் மரபில் தோன்றிய பழமையான மருத்துவம் மற்றும் தற்காப்பு கலை ஆகும். உடலின் முக்கிய நரம்பு புள்ளிகள், நாடிகள், மற்றும் ஆற்றல் மையங்களை கண்டறிந்து, அவற்றை தூண்டி அல்லது தளர்வடையச் செய்து உடல் மற்றும் மன நலத்தை மேம்படுத்துவது இதன் நோக்கமாகும். படு வர்மம், தொடு வர்மம், தட்டு வர்மம், நோக்கு வர்மம் என பல வகைகள் கொண்ட இக்கலை உடலின் உயிர்சக்தியைச் சீர்படுத்தி, நோய்களைக் குணப்படுத்தவும், தற்காப்புக்கும் பயன் படுத்தப்படுகிறது.

கட்டுரைக்கு உதவிய நூல்கள்

1. ஆர்.சி.மோகன் - சித்தர்களின் வர்ம சூத்திரங்கள்.
2. மகாகவி பாரதியார்- பாரதியின் புதிய ஆத்திச்சூடி, செய்க தவம் (பக்கம்108) கவிதை.
3. டாக்டர்.கு. சிதம்பரதானுப் பிள்ளை - வர்ம திறவுகோல் திரட்டு
4. அத்தியர்- வர்ம பீரங்கி
5. வை.முத்துக் கிருஷ்ணன் - வர்மக் கலையைக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். மணிமேகலைப் பிரசுரம்.