

**BUREAU OF INDIAN STANDARDS**  
**DRAFT FOR COMMENTS ONLY**

*(Not to be reproduced without the permission of BIS or used as an Indian Standard)*

**ड्राफ्ट भारतीय मानक**

**सिद्ध शब्दावली**

**भाग 7 - वर्मम के मूल सिद्धांतों पर मानकीकृत शब्दावली**

*Draft Indian Standard*

**Siddha Glossary of Terms**

**Part 7 - Standardized Terminology on Fundamental Principles of Varmam**

**ICS 01.040.11, 11.020.99**

**Siddha Sectional Committee, AYD 05**

**Last Date of Comments: 19-12-2024**

**FOREWORD**

*(Formal Clauses would be added later)*

Siddha medicine is an ancient Indian medical system that uses herbs, minerals, metals, and organic materials to treat patients based on their unique physiology, environment, and lifestyle factors, including age, gender, race, habits, and disease. For the purpose developing Siddha related guidelines, classifications, and regulations, and further integration into mainstream health systems, Standards on Siddha terminology is an essential tool and it has been published in several parts. The other parts in the terminology series are:

Part 1 Standardized terminology for core concepts

Part 2 Standardized terminology for preventive health

Part 3 Standardized terminology for materials

Part 4 Standardized terminology for food

The series of standards aims to harmonize concepts and definitions in Siddha medicine, benefiting professionals, policymakers, health workers, service providers, researchers, manufacturers, and the public.

Varmam is a unique aspect of the Siddha Medical system that remains in practice and finds application both in therapeutic usage as well as martial arts in the southern regions of India. The Varmam points serve as bio-energetic sites where subtle vital energy flows, supporting the physiological functions of the body. These points are situated at the intersections of nerves, arteries, muscles, and bones. Understanding Varmam is crucial for the effective use of this non-invasive, non-pharmacological therapy, which is primarily employed for pain relief, and treating conditions related to blockages of subtle energies.

The information on Varmam is sourced from various public domain sources, in the print and electronic media inter-alia including WHO International Standard Terminologies, and authoritative books of Siddha Medicine.

## 1 SCOPE

This standard (Part 1) covers the description/ definition of terminologies related to Fundamental principles of Varmam in Siddha Medicine.

Note: The original terms appearing in the text have been transliterated into English and defined for the purpose of a clear understanding of the concept by any person who is not an expert in Siddha. These terms may be used by manufacturers, researchers, academicians, regulators, clinical practitioners, and other enthusiasts interested in the science of the Siddha system of Medicine.

## 2 Transliteration and Diacritical marks used for writing Tamil words in the glossary of Siddha Terminology

அ	a
ஆ	ā
இ	i
ஈ	ī
உ	u
ஊ	ū
எ	e
ஏ	ē
ஐ	ai
ஓ	o
ஔ	ō
ஔ	au
ஃ	ḥ

க்	k
ங்	ṅ
ச்	c
ஞ்	ñ
ட்	ṭ
ண்	ṇ
த்	t
ந்	n
ப்	p
ம்	m
ய்	y
ர்	r
ல்	l
வ்	v
ழ்	ḷa
ள்	!
ற்	ṛ
ன்	ṅ

### 3 STANDARDIZED TERMINOLOGIES FOR FUNDAMENTAL PRINCIPLES OF VARMAM

S. No.	Siddha Term	Hindi Translation	English Transliteration	Description
1.	வர்மம்	वर्मम	<i>Varmam</i>	Points on the body (at the junctions of muscles, nerves, tendons and blood vessels) where Pranic (life) energy remains concentrated. Changes occurring in the body on being hit at some specific point Vital points/Subtle energy stations. Vital energy points in which life energy is concentrated; manipulation of these points with specific force and time regulates the flow of obstructed life energy and brings relief to affected individual
2.	இறை	इराई	<i>irai</i>	Unit for pressure applied on <i>Varmam</i> points
3.	ஏமம்	एमम	<i>ēmam</i>	1. Half unit for pressure applied on <i>Varmam</i> points considered to be safe. 2. A moderate <i>Varmam</i> injury
4.	ஈடு	ईदू	<i>ītu</i>	1. Quarter unit for pressure applied on <i>Varmam</i> points for regulating the altering the flow of life energy 2. A mild <i>Varmam</i> injury
5.	வாசி	वासी	<i>vāci</i>	Primordial energy inherited from parents during the formation of zygote which is responsible for the whole intrauterine life of the foetus. Energy channels - Vital life energy that passes through the nostrils; if it passes through the right nostril the pattern of breath is called <i>pin̄kakai</i> ; if it passes through the left nostril, it is called <i>itakai</i>
6.	காலம்	कालम	<i>kālam</i>	<i>Varmam</i> points with fluctuating life energy specific to time
7.	சுவாசம்	स्वासम	<i>Cuvācam</i>	A subtle energy serves as part of respiration
8.	சாரம்	सारम	<i>cāram</i>	Lymph
9.	வர்ம இளக்கு முறை	वर्मा इलक्कु मुराई	<i>varmaḷakkumurai</i>	General <i>Varmam</i> manipulation used to restore the vital life energy flow in affected area
10.	வர்ம தடவல்முறை	वर्मा थडवल मुराई	<i>varmataṭavalmurai</i>	<i>Varmam</i> Petrissage technique used to restore the vital life energy flow in affected area.
11.	வர்ம பின்னல் முறை	वर्मा पिन्नल मुराई	<i>varmapinnalmurai</i>	<i>Varmam</i> Plaiting technique used to restore the vital life energy flow in affected area.
12.	வர்ம அமர்த்தல் முறை	वर्मा अमरथल मुराई	<i>varmaamartalmurai</i>	<i>Varmam</i> complementary technique used to restore the vital life energy flow in affected area.
13.	வர்ம சவுட்டு	वर्मा सवुटू मुराई	<i>varmacavuttumuurai</i>	<i>Varmam</i> compression technique used to restore the vital life energy flow in affected area.

முறை				
14.	வரம் தட்டு முறை	वर्मा थट्टु मुराई	<i>varmataṭṭumurai</i>	<i>Varmam</i> Tapotement technique used to restore the vital life energy flow in affected area.
15.	நீட்டல்	नीट्टल	<i>nīṭṭal</i>	<i>Varmam</i> stretching technique used to restore the vital life energy flow in affected area.
16.	அமுக்கல்	अमूक्कल	<i>amukkal</i>	A pressure with small vibration
17.	தொடுதல்	थोडुधल	<i>toṭṭal</i>	Soft touching manipulation method of <i>Varmam</i> therapy <i>Varmam</i> touching/rolling technique
18.	நோக்கல்	नोक्कल	<i>nōkkal</i>	<i>Varmam</i> Gazing technique
19.	அமுத்தல்	अजुथल	<i>aḷuttal</i>	Initial application of <i>Varmam</i> stimulation methods
20.	மாத்திரை	मातिराई	<i>māttirai</i>	Unit of force of pressure applied on <i>varmam</i> points
21.	முழம்	मुजम	<i>muḷam</i>	24 finger breadth
22.	நெல்லளவு	नेल्ललवु	<i>nellaḷavu</i>	½ finger breadth or ½ <i>angulam</i>
23.	ஊட்டை	ऊट्टैई	<i>ūṭṭai</i>	10 fingers breadth
24.	விரலளவு	विरललवू	<i>viralaḷavu</i>	Unit of measurement of individual's finger-breadth at the proximal interphalangeal joint
25.	சாண்	साँण	<i>cāṇ</i>	12 finger breadth
26.	பழு	पजु	<i>paḷu</i>	Rib bone
27.	அருகுமனை	अरुगुमनई	<i>arukumaṇai</i>	Lateral side of neck
28.	அஞ்சுநிலை	अंजुनिलाई	<i>añcunilai</i>	Vertebral bone in the ventral aspect of the neck
29.	பூணெலும்பு	पूनेलुम्बु	<i>pūṇelumpu</i>	Chest bone or Sternum
30.	கதிர் மூலம்	कथिर मूलम	<i>katirmūlam</i>	Coccygeal bone
31.	கீழிடை	केज़िडाई	<i>kīḷitai</i>	Lower waist
32.	கழுத்தின் நடு	कजुथिन नडु	<i>kaḷuttiṇṇaṭu</i>	Central part of anterior neck
33.	சங்குதிரி	संगूतिरी	<i>caṅkutiri</i>	Protrusion in the centre of the neck or adam's apple
34.	முதுகுவரி	मुधुगु वरी	<i>mutukuvāri</i>	Spinal column
35.	நடுவிடை	नडु विडाई	<i>naṭuviṭai</i>	Middle of the waist
36.	மெய்யங்கள்	मेय्यंगल	<i>meyyaṅkaḷ</i>	Part of the body
37.	நடுமத்தி குண்டி சங்கில்	नदुमत्थि कुण्डी सन्गिल	<i>naṭumattikuṇṭica ṅkil</i>	Middle of the hip joint
38.	காலடி குண்டி சங்கில்	कालदी कुण्डी सन्गिल	<i>kālaṭikuṇṭicaṅkil</i>	Ankle joint
39.	முள்ளெலும்பு	मुल्लेबू	<i>muḷḷelumpu</i>	Vertebra
40.	கீழ்வாரியெலும் பு	कीज़वारी एलूबू	<i>kīḷvāriyelumpu</i>	Tarsal bone
41.	தீரையெலும்பு	तीरई एलूबू	<i>tīraiyelumpu</i>	Calcaneal bone

42.	துடியெலும்பு	எலும்பு எலும்பு	<i>tūiyelumpu</i>	Clavicle bone
43.	ஆகு	ஆகு	<i>āku</i>	Umbilicus
44.	திலையெலும்பு	திலை எலும்பு	<i>tilaiyelumpu</i>	Bone above the umbilical region
45.	நடுமத்திஅடியெலும்பு	நடுமதி அடி எலும்பு	<i>naṭumattiatīyelu mpu</i>	Base of the lumbar vertebra
46.	குண்டலி	குண்டலி	<i>kuṇṭali</i>	Sacral and coccygeal region
47.	குண்டுமணி	குண்டுமணி	<i>kuṇṭumaṇi</i>	Spherical bony part
48.	மூட்டெலும்பு	மூட்டெலும்பு	<i>mūṭṭelumpu</i>	Patella bone
49.	நழுவி	நழுவி	<i>naḷuvi</i>	Slip or subluxation
50.	சவ்வற்றேகி	சவ்வற்றேகி	<i>cavvarreki</i>	Ligament displacement
51.	சவ்வகன்று	சவ்வகன்று	<i>cavvakaṇṇu</i>	Ligament tear
52.	நரம்பற்றால்	நரம்பற்றால்	<i>naramparraḷ</i>	Nerve injury
53.	முறிவுத்தளம் முறித்தலம்	முறிவுத்தளம் முறித்தலம்	<i>muṛivuttaḷam muṛittalam</i>	Site of fracture
54.	ஆக்கிராணப் பாலம்	ஆக்கிராணப் பாலம்	<i>ākkirāṇappālam</i>	Nasal bridge
55.	அங்கை	அங்கை	<i>aṅkai</i>	Palm of the hand
56.	அடுக்கெலும்பு	அடுக்கெலும்பு	<i>aṭukkelumpu</i>	Vertebra
57.	பரிசம்	பரிசம்	<i>paricam</i>	Side of the body
58.	கன்னிஎன்பு	கன்னிஎன்பு	<i>kaṇṇienpu</i>	Pubic bone
59.	மன்னை	மன்னை	<i>maṇṇai</i>	Throat
60.	நாசிபீடம்	நாசிபீடம்	<i>nācipīṭam</i>	Nasal septum
61.	பஞ்சவர்ணகு கை	பஞ்சவர்ணகு கை	<i>pañcavarṇakuka i</i>	At the junction point of Thoracic and abdominal cavity
62.	கூரெலும்பு	கூரெலும்பு	<i>kūrelumpu</i>	Vertebra in the thoracic region
63.	ஸ்தூலம்	ஸ்தூலம்	<i>stūlam</i>	A state of Perceptibility to eyes when the senses and sense organs exist in a state of combination of five elements – Gross body
64.	சூக்குமம்	சூக்குமம்	<i>cūkkumam</i>	A composition (imperceptible to eyes) of five organs of motor action, perception, intellectual faculties and life force – Subtle body
65.	அண்டம்	அண்டம்	<i>aṇṭam</i>	Universe
66.	பிண்டம்	பிண்டம்	<i>piṇṭam</i>	Physical body
67.	வரமக்கஞ்சி	வரமக்கஞ்சி	<i>varmakkañci</i>	Varma Porridge

68.	வர்ம நெய்/ கிருதம்	वर्म नेई किरुथम	<i>varmaney/kiruta m</i>	Medicated ghee-Ghee-based herbal preparation prepared by boiling a mixture of ghee with specified medicinal pastes, juices, decoctions and milk, according to composition of recipes; shelf life is six months
69.	வர்ம கஷாயம்	वर्म कशयम	<i>varmakaṣāyam</i>	Decoction-Aqueous extract prepared at a ratio of one part of medicine to four parts of water (1/4); decoctions are also prepared using other ratios, e.g., 1/8 or 1/16, as prescribed in Siddha texts; occasionally milk is also added; other methods of extraction are also described, including boiling and percolation. It is to be consumed within three hours of preparation
70.	கவளம்	कवलम	<i>kavaḷam</i>	<i>Varmam</i> based internal medicine
71.	வாற்று	वात्रु	<i>vārru</i>	Distillation based <i>Varmam</i> internal medicine
72.	வர்மத்தளம்	वर्म थलम	<i>varmattaḷam</i>	<i>Varmam</i> based external therapy
73.	கட்டுமுறை	कट्टुमुराई	<i>kaṭṭumurai</i>	Bandaging /Compress-Bandaging techniques in <i>varmam</i> -External application in which raw drugs and medicines like leaves, bark, etc. are either ground or cooked; then tied or bandaged over affected part
74.	வர்மத்தாரை	वर्म ताराई	<i>varmattārai</i>	<i>Varmam</i> based external therapy
75.	துவாலை	धुवालई	<i>tuvālai</i>	<i>Varmam</i> based external therapy (Herbal Paste Application)
76.	குளிநீர்	कुलिनीर	<i>kuḷinīr</i>	<i>Varmam</i> based Medicated water for bathing
77.	மொழி விட்டேகள்/ மூட்டு நலுக்கல்	मोजी वित्तेगल मूटू नलुगल	<i>moḷi viṭṭēkaḷ/mūṭṭu nalukal</i>	Joint Dislocation
78.	சவ்வு காயம்/ சவ்வு அகன்றல்	सव्वु कायम अगनरल	<i>cavvukāyam/cav vuakanraḷ</i>	Ligament tear / vertebral disc prolapsed
79.	மென் திசு காயம்	में तीसू कायम	<i>menticu kāyam</i>	Soft tissue injury
80.	பிசகு	पीसगू	<i>picaku</i>	Deviation or slip -Sprain and strain of tendon and muscle
81.	எலும்பின் காயம்	एलुम्बिन कायम	<i>elumpiṇ kāyam</i>	bone injury
82.	அடிபட்ட வீக்கம்	अडीपत कायम	<i>aṭipatta vīkkam</i>	Traumatic swelling
83.	ரத்தக்கட்டு/ ரத்தவீக்கம்/ ரத்தம் தங்கிய வீக்கம்	रतकट्टू रत वीक्कम रतम तंकीय वीक्कम	<i>rattakkaṭṭu/ratta vīkkam/rattamta ṅkiyavīkkam</i>	Contusion
84.	வாரிஎல்லு முறிவு	वारिएल्लू मुरिवु	<i>Vāriellu murivu</i>	Fracture of Rib bone
85.	என்பு முறிவு	एंबू मुरिवु	<i>enpu murivu</i>	Fracture or break in the bone