

サルガム(Sargam)

インドの音階と音階練習

サルガムはインドのドレミのこと

ド レ ミ ファ ソ ラ シ ド

Sa(サ) Ri(レ) Ga(ガ) ma(マ) Pa(パ) Dha(ダ) Ni(ニ) Sa*(サ)

ド Sa シャドジャ Sadja

レ Ri リシャバ. Rsabha

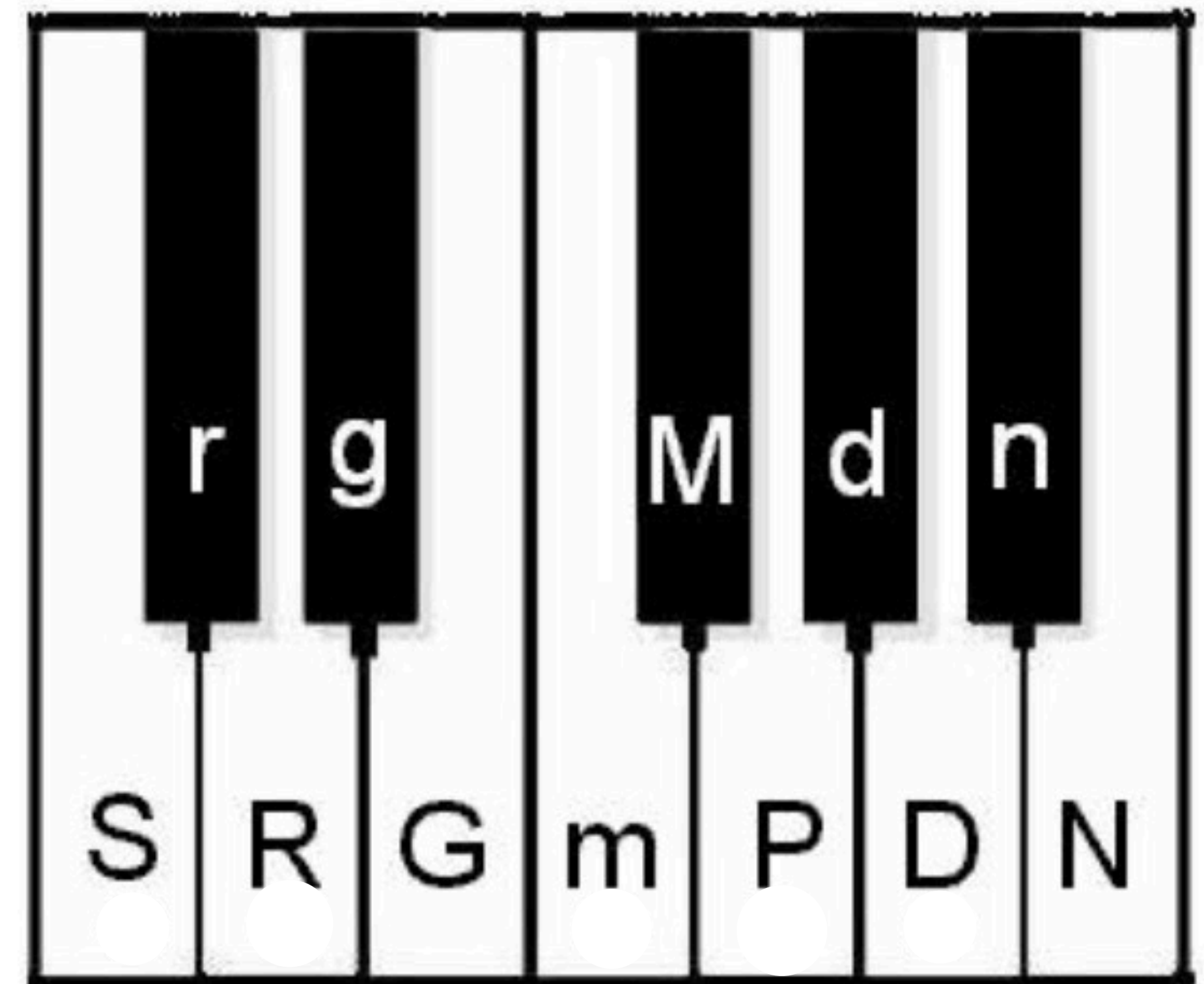
ミ Ga ガーンダーラ Gandhara

ファ Ma マディヤマ Madyama

ソ Pa パンチャマ Pancama

ラ Dha ダイヴァタ Dhaivata

シ Ni ニシャーダ Nisada



ド Sa	シャドジャ Sadja	ブラフマンが形を持って顕現したもの
レ Ri	リシャバ. Risabha	リシ(賢者)の住うところ
ミ Ga	ガンダーラ Gandhara	ガネーシャ神のエネルギー
ファ Ma	マディヤマ Madyama	中心 シヴァのエネルギー (男性)
ソ Pa	パンチャマ Pancama	5番目 パールヴァティーのエネルギー (女性)
ラ Dha	ダイヴァタ Dhaivata	神様 北極星 方向や道標
シ Ni	ニシャーダ Nisada	形を持たない・顕現していないブラフマン (絶対的な実在)

- ・紀元前1000年ごろから続く(ドレミは1000年ほど前)
- ・絶対音ではなく、相対音。Saは固定された音ではない。西洋音楽のドはド。
- ・スワラの起源は鳥や動物の音
- ・22の微分音(シュルティー)



必ず ドローンを用いましょう

Tanpura A 30min

リズム入り

iPhoneをご利用の方

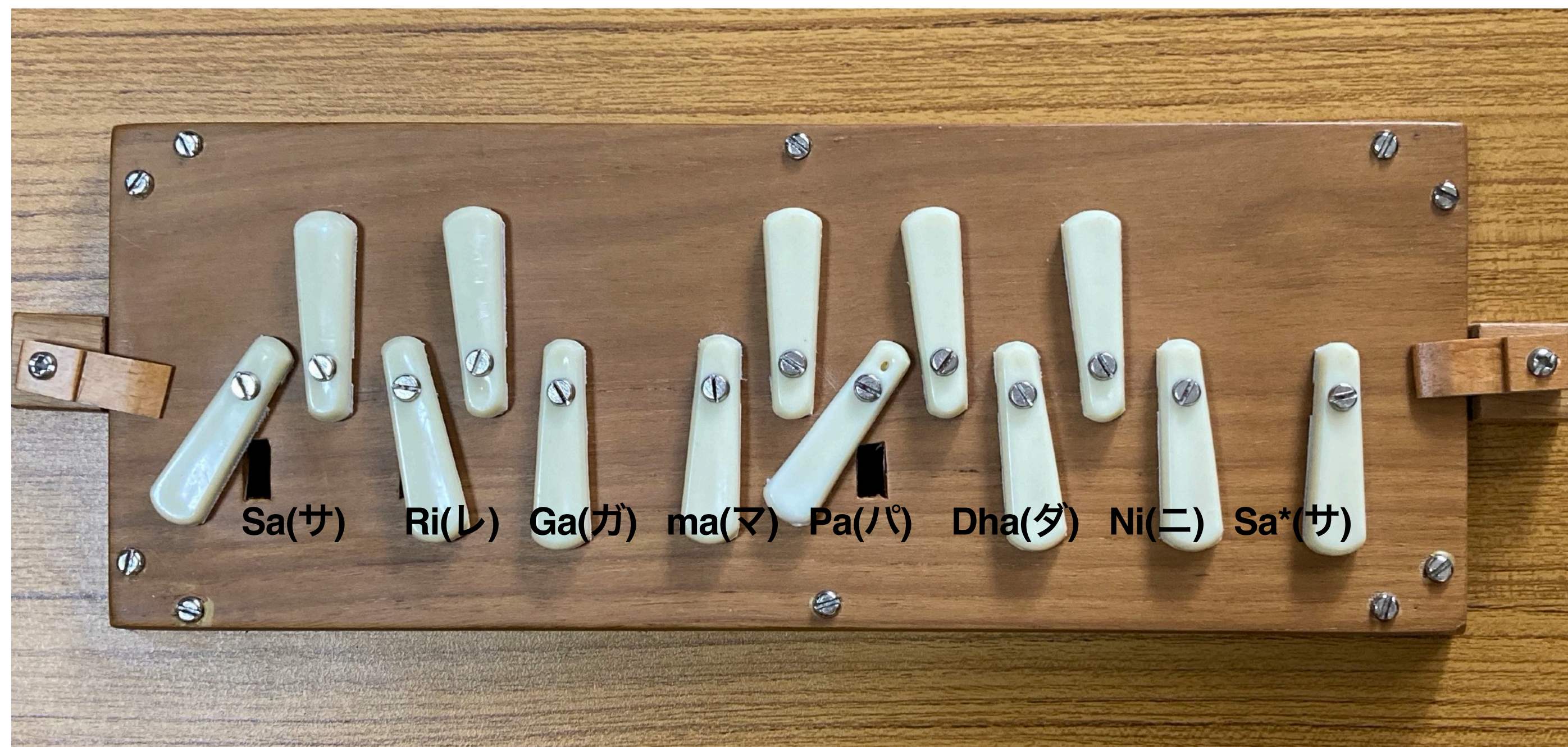
iTanpura

<https://apps.apple.com/jp/app/itanpura/id326115058>

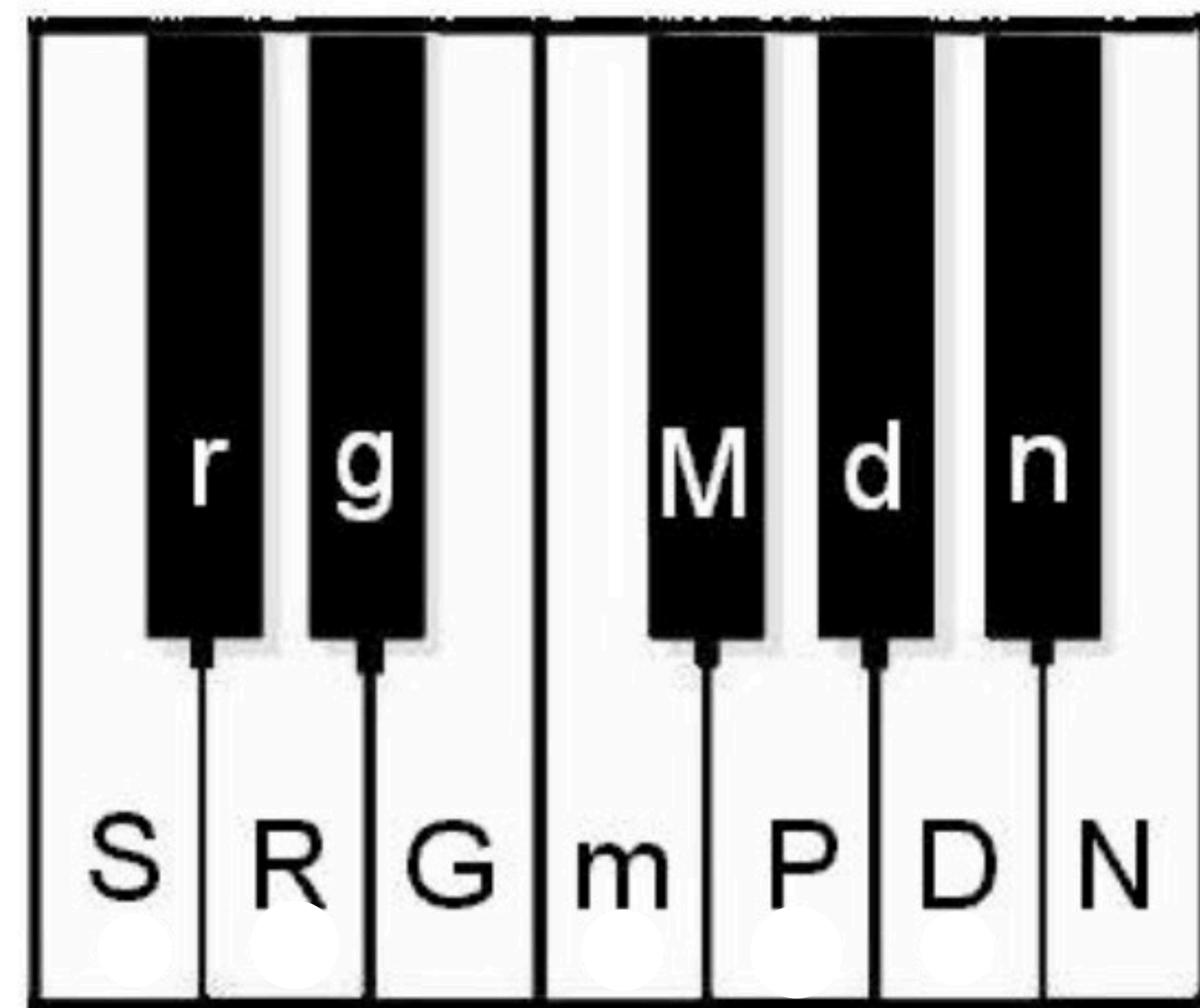
iTabula Pro

<https://apps.apple.com/us/app/itablapro/id337350026>

シュルティーターボックスの音階



右の鍵盤と同じ構造です



アランカール 練習

音階の上がり下がりの練習

**Alankar 1 - S (サ) R (レ) G (ガ) m (マ) P (パ) D (ダ) N (ニ) S*(サ)
S* (サ) N (ニ) D (ダ) P (パ) m (マ) G (ガ) R (レ) S (サ)**

Alankar 2 - SS RR GG mm PP DD NN S*S* / S*S* NN DD PP mm GG RR SS

Alankar 3 - SRG RGm GmP mPD PDN DNS* NS*R S / S*ND NDP DPm PmG mGR GRS RSN S

Alankar 4 - SR RG Gm mP PD DN NS* / S*N ND DP Pm mG GR RS

Alankar 5 - S *N RS GR mG Pm DP ND S* N R* S* / S* R* NS* DN PD mP Gm RG SR *NS

**Alankar 6 - GRS mGR PmG DPm NDP S* ND R* S* N G* R* S*
S* R* G* NS* R* DNS* PDN mPD GmP RGm SRG *NSR *D *NS**

Alankar 7 - SRGm RGmP GmPD mPDN PDNS* S* NDP NDPm DPmG PmGR mGRS

Alankar 9 - SG Rm GP mD PN DS* NR S* S*D NP Dm PG mR GS RN S

**Alankar 11 -RS *NS GR SR mGRG PmGm DPmP NDPD S* NDN RS*
SRGR NSRS DNSN PDND mPDP GmPm RGmG SRGR NSRS**

3音ずつ

Sa

111 SSS RRR GGG

112 SSR RRG GGM

113 SSG RRM. GGP

121 SRS RGR GMG

122 SRR. RGG. GMM

123 SRG RGM. GMP

131 SGS RMR GPG

132 SGR RMG GPM

133 SGG. RMM GPP

211. RSS GRR MGG

212. RSR GRG MGM

213. RSG GRM MGP

221. RRS GGR MMG

222 (111)

223 (112)

231. RGS GMR MPG

232(121)

233 (122)

311 GSS MRR PGG

312 GSR MRG PGM

313 GSG MRM PGP

321 GRS MGR PMG

322 (211)

323 (212)

331. GGS MMR PPG

332 (221)

333 (111)

3音ずつ

231. RGS GMR MPG

232(121)

233 (122)

311 GSS MRR PGG

312 GSR MRG PGM

313 GSG MRM PGP

321 GRS MGR PMG

322 (211)

323 (212)

331. GGS MMR PPG

332 (221)

333 (111)

4音ずつ（音を重ねない）

Sa からスタート

1234 SRGM

1243 SRMG

1324 SGRM

1342 SGMS

1432 SMGR

1423 SMRG

Reからスタート

2134 RSGM

2143 RSMG

2314 RGSM

2341 RGMS

2413 RMAG

2431 RMGS

Ga からスタート

Maからスタート

SRG SGR RSG. RGS. GSR GRS
GmP GPm mGP. mPG PGm PmG.
PDN PND DPN. DNP NPD NDP.
NSR NRS SNR. SRN RNS RSN.

SND SDN NSD NDS DSN DNS.
DPm DmP PDm PmD mDP mPD
mGR mRG GmR GRm RmG RGm.
RSN RNS SRN SNR NRS NSR.

RGm RmG GRm GmR mRG mGR
mPD mDP PmD PDm DmP DPm
DNS DSN NDS. NSD SDN SND

NDP NPD DNP DPN PND PDN.
PmG PGm mPG mGP GPm GmP.
GRS GSR RGS RSG SGR SRG.
S~~~