

明神池

这个葫芦形的池塘位于上高地北端的穗高神社奥宫（内社）中，因为水质清澈，水面如镜，也被称为“镜池”，又因为本地区在神道教神话体系里的重要地位而得名“神池”。

传说世界初生之际，海神绵津见之子、神话里的日本首位统治者神武天皇（在位期间：公元前 660-585）的叔父穗高见命从天上降临到奥穗高岳之巅。长久以来，穗高见命一直被视为本地区及日本阿尔卑斯山脉的保护神，人们在奥穗高岳上修建了一座供奉他的神社。而位于奥穗高岳下的明神池，纯净而又与世隔绝，同样被人们尊为圣地。

每年 10 月 8 日，池上会举办明神池御船祭。神官（神职人员）和巫女们（侍奉神灵的未婚女性）穿着艳丽的平安时代(794-1185)服饰，分立於两艘祭船上。两船船首一为龙头，一为鹺首（鹺音“意”，中国古书上的一种水鸟，常绘于船首）。在龙笛等传统乐器吹奏的日本雅乐※伴奏下，祭船庄严地绕池而行，随后还会在神社中举行仪式，祭祀那些丧生于山中的亡灵。

明神池的源头是地下水，非常通透，水中游鱼清晰可见。祭船停泊在池塘环线边上的一个小码头，来访者也可以在那里观赏。

※日本雅乐：自古以来由宫廷培育的正统音乐，被指定为国家重要非物质文化遗产，其源头主要是来自中国的“唐乐”和朝鲜半岛的“高丽乐”，流传至今已有 1200 多年历史。现在除了由宫内厅乐部演奏外，在各地的神社寺庙的祭祀活动中也有固定传承，而且与日本民间艺术相结合，发展出了多种多样的形式。