

Sommaire

Carte du Japon	7
Introduction	9
En bref	12
Chapitre 1 • BRÈVE HISTOIRE DU JAPON	14
Les origines	14
La période Jōmon	15
La période Yayoi	16
Naissance fragile de la centralisation	16
L'impact de la culture chinoise	17
Pax Tokugawa	18
L'intervention occidentale	20
La fin de l'isolement	21
Le Japon de Meiji	22
L'impérialisme nippon	23
Hiroshima et Nagasaki	24
La reconstruction	26
L'héritage nucléaire	27
L'éclatement de la « bulle économique »	29
Une catastrophe sans précédent	31
Les grandes dates	32
Chapitre 2 • LE PAYS ET LES HOMMES	39
Le territoire	39
Séismes et tsunamis	40
Le climat	42
Le pays du riz	43
La démographie	44
Une population assez homogène	45
Le système politique	49
Chapitre 3 • LES VALEURS DE LA SOCIÉTÉ	50
Une culture collective	51
L'éthique du travail	51
Perdre la face	52
<i>Honne</i> et <i>tatemaie</i>	52
Le <i>giri</i>	53
<i>Haragei</i>	54
Discrétion et subtilité	54
Intérieur et extérieur	56
Chapitre 4 • LES JAPONAIS CHEZ EUX	58
L'intérieur japonais	58
Le déclin de la famille étendue	60
Les mutations sociales	61
La vie sociale	63
Les <i>geisha</i>	64
Les quartiers de plaisir	65
Les loisirs	66
Les sports	71
Chapitre 5 • RELIGIONS ET TRADITIONS	74
Le shintoïsme	74
Le bouddhisme	79
Les nouveaux courants	81
Les rites de passage	83
Chapitre 6 • NOURRITURE ET BOISSON	86
Le pays du poisson et du riz	86
L'esthétique de la nourriture	88
Les recettes de poisson	90
Le panier du cuisinier japonais	92
Le savoir-vivre à table	93
Au restaurant	94
Les baguettes : l'art et la manière	97
Le savoir-boire	98
Un mot sur le saké	99
La cérémonie du thé	100
Chapitre 7 • VIVRE AU JAPON	103
Les formalités d'entrée	104
À l'arrivée	105
La santé	107
La sécurité	107
Les transports publics	109
Conduire au Japon	113
Se repérer dans les rues	114
Le salut japonais	115
Les règles du savoir-vivre	117
« Au Japon, rien ne change »	117