

« Avec ma salive » :



jeune âge, elle était déjà énorme. Ce n'était jamais assez. Cela a créé en lui une insécurité intérieure. »

Pourtant, Nadal ne montrait jamais le moindre signe de faiblesse. Ses parents ne l'ont jamais vu pleurer. « Je ne voulais pas que mon père demande à Toni d'être moins sévère », confie le joueur. « Cela l'aurait déçu. Et lui aussi ne voulait que le meilleur pour moi. »

Le prix à payer

Mais le corps de Nadal n'était pas fait pour supporter de telles contraintes. A 19 ans, il a appris qu'il souffrait du syndrome de Müller-Weiss au pied gauche, une maladie osseuse rare. Son os naviculaire, un petit os essentiel situé au centre du tarse, était dégénéré. Grâce à une semelle orthopédique spéciale, il a pu gérer le problème, mais ces compensations ont fini par affecter d'autres parties de son corps, notamment les genoux et le dos.

Nadal avalait des antidouleurs tous les jours comme s'il s'agissait de bon-



Je ne voulais pas que mon père demande à Toni d'être moins sévère.

Cela l'aurait déçu
Rafael Nadal
Ancien champion de tennis

”

bons : « La nuit, je prenais du Voltaren. Avant les matchs, je recevais une injection dans le muscle. A cause de tous ces antidouleurs, j'ai de petites lésions dans la muqueuse intestinale. J'ai dû prendre des décisions qui n'étaient pas toujours bonnes pour ma santé. Mais si je n'avais pas été prêt à le faire, j'aurais gagné dix titres du Grand Chelem de moins. Pas un ou deux, mais dix ou douze. C'est la réalité. »

Le paroxysme a été atteint lors de sa quatorzième et dernière victoire à Paris, en 2022, lorsqu'on a anesthésié son pied gauche avant chaque match. « C'était très risqué », explique son médecin personnel, Ángel Ruiz-Cotorro. La souffrance endurée par Nadal pour décrocher son 22^e titre du Grand Chelem résume à elle seule sa carrière. Le lendemain de la finale contre Casper Ruud, il se déplaçait avec des béquilles.

Le documentaire Netflix est impressionnant, mais il soulève aussi une question : tout cela en valait-il vraiment la peine ? Lors de son hommage à Roland-Garros, en 2025, Rafael Nadal remerciera son oncle Toni dans son discours : « Sans toi, je ne serais pas ici. Merci de m'avoir consacré une grande partie de ta vie, de m'avoir entraîné, de m'avoir fait souffrir, de m'avoir poussé à mes limites. Ce que nous avons vécu ensemble n'a pas toujours été facile. Mais ça en valait la peine. »

Ces paroles marquent durablement. Elles laissent aussi un sentiment mitigé après quatre heures passées à suivre le chemin de souffrance de Rafael Nadal.

Toni et Rafael Nadal à Roland-Garros en mai 2015. Aujourd'hui, on parlerait d'une relation toxique. © AFP.

ABONNÉS



Sur notre site, la bande annonce de « Rafa ».

« Perdre en popularité »

Marley Johnson : « Beaucoup ont falsifié leurs accès »

« Beaucoup ont falsifié leur âge ou utilisé la pièce d'identité de quelqu'un d'autre », témoigne Marley Johnson. Pour elle non plus, rien n'a réellement changé depuis décembre. Elle suppose que ses comptes n'ont pas été bloqués, parce qu'elle se trouvait en vacances en Norvège au moment de l'entrée en vigueur de l'interdiction. Seul Facebook Marketplace, une plateforme permettant d'acheter ou de vendre des articles neufs ou d'occasion dans sa région, a été désactivé, sans que cela ne la dérange. Certaines écoles ont interdit les téléphones portables, mais pas son lycée. Marley continue donc d'utiliser les réseaux

sociaux environ trois heures par jour. Tout est comme avant, à ceci près qu'elle a perdu le contact avec quelques personnes dont les comptes ont été désactivés et dont elle ne possède pas le numéro de téléphone. Comme ses amies Elektra et Kate, elle attend avec impatience son seizième anniversaire. En Australie, les « Sweet Sixteen » sont célébrés en grande pompe. C'est une étape importante dans la vie d'un adolescent, expliquent les jeunes filles. Non pas seulement parce qu'elle marque la levée des restrictions sur les réseaux sociaux, mais parce qu'à 16 ans, elles auront le droit de conduire. CH.WR



De gauche à droite : Elektra, Marley et Kate. © PD.

Elektra Mihailou : « Ils ont peur de perdre des abonnés »

« La popularité est l'une des principales raisons pour lesquelles beaucoup contournent l'interdiction », nuance Elektra Mihailou. Parfois, les réseaux sociaux lui manquent. Avant de fermer ses comptes de sa propre initiative, elle passait deux à trois heures par jour sur TikTok et Snapchat : « C'est une façon sympa de discuter », surtout après l'école ou avant d'aller dormir, « quand je m'ennuyais. » Elle explique avoir voulu changer ses habitudes et s'être lassée des discussions sans fin à table sur

les effets négatifs des réseaux sociaux. Depuis, elle est devenue beaucoup plus active, et a même découvert de nouveaux loisirs. Elle fait notamment beaucoup de pâtisserie : « Mes cookies sont plutôt réussis. » La plupart de ses amies et amis continuent toutefois d'utiliser les réseaux sociaux. Contourner les mécanismes de contrôle actuels est un jeu d'enfant : certains adolescents utilisent les copies de pièces d'identité de leurs parents ou de leurs frères et sœurs plus âgés et indiquent simplement un faux âge.

Elektra confirme ce que montre également l'étude Why Bans Fail : plus un adolescent a d'amis proches encore en ligne, plus il est susceptible de rester lui-même actif. Les jeunes les mieux intégrés dans ces réseaux sont aussi ceux qui respectent le moins la loi, « par peur de perdre des abonnés », explique Elektra. La popularité mais aussi la peur de manquer quelque chose sont les principales raisons pour lesquelles beaucoup de jeunes de son entourage refusent de renoncer à Instagram ou TikTok. CH.WR

Kate Prendville : « Interdire à 15 ans n'a aucun sens »

« Je trouve très bien que les enfants n'y aient plus accès », affirme Kate Prendville. Elle dit ne pas être aussi dépendante que certaines de ses amies, qui passent jusqu'à six heures par jour sur TikTok. Elle consacre néanmoins environ deux heures par jour aux réseaux sociaux en semaine, parfois plus le week-end. Cela n'a pas changé avec l'interdiction puisqu'elle n'a subi aucune restriction effective des plateformes. Kate dit ne connaître personne dans son entourage qui soit exclu des réseaux sociaux. Une

amie a bien été bloquée pendant une semaine : « Elle a utilisé la carte d'identité de sa grande sœur et a pu se reconnecter aussitôt. » A 15 ans, cette interdiction n'a, selon elle, guère de sens. Elle estime malgré tout qu'une limitation reste justifiée, « surtout pour protéger les enfants des mauvaises influences », notamment des vidéos et images auxquelles ils ne devraient pas être exposés, ou encore des influenceurs qui, à coups de filtres et d'opérations esthétiques, imposent des idéaux inaccessibles. Elle s'interroge : « Com-

ment un enfant peut-il distinguer ce qui est vrai de ce qui ne l'est pas ? » Kate estime que l'interdiction ne devrait s'appliquer qu'aux moins de 13 ans. C'est à cet âge que les élèves entrent au lycée et sont généralement prêts à utiliser les réseaux sociaux. Pour elle, 13 ans était en tout cas l'âge idéal, même si son accès a toujours été limité dans le temps. Le contrôle parental, une heure maximum par application et par jour, a eu beaucoup plus d'influence sur son utilisation des réseaux sociaux que l'interdiction imposée par l'Etat. CH.WR

Londres va interdire l'accès des réseaux sociaux aux moins de 16 ans

Le Royaume-Uni va interdire l'accès aux réseaux sociaux aux mineurs de moins de 16 ans, Keir Starmer ayant estimé la mesure nécessaire pour « protéger nos enfants », tout en reconnaissant les difficultés pour la faire appliquer. Le chef du gouvernement a défendu une « étape importante » pour le pays et les familles. « Les réseaux sociaux rendent les enfants malheureux. Ils facilitent le harcèlement et les abus », a-t-il déclaré.

Beaucoup de détails pratiques restent cependant à préciser. La loi devrait être adoptée « avant Noël », pour une entrée en vigueur « au début de l'année prochaine, probablement vers le printemps », a ajouté le Premier ministre. L'interdiction concernera notamment Snapchat, TikTok, YouTube, Instagram, Facebook et X. Mais pas les applications de messagerie comme WhatsApp et Signal. Plusieurs pays, dont l'Australie, pionnière en la matière, ou l'Indonésie, ont déjà mis en place une telle interdiction. Le Canada a annoncé son intention de faire de même, et un projet de loi similaire est à l'étude au parlement français pour les moins de 15 ans. AFP