

CASSANDRA
JULLIA

Vivre avec

Un récit
bouleversant
sur le poids
de la culpabilité

LEDUC 



**« Avec les années, le sentiment de culpabilité se
précise. Je reprends peu à peu mes esprits ;
mon cerveau commence à déconstruire le souvenir.
À en revisiter chaque seconde.
Je me repasse la scène, tentant de saisir l'instant
qui annulerait le drame. »**

Cassandra a quatorze ans lorsque, un après-midi, tout bascule : pendant une promenade en famille, son frère fait une chute fatale. Depuis cet événement, une même question revient sans cesse : aurait-elle pu éviter ce drame ? En grandissant, le traumatisme la façonne et chaque décision, chaque relation, chaque rêve est rongé par cette histoire.

À travers ce récit intime, Cassandra Jullia nous livre un témoignage puissant et bouleversant sur le poids de la culpabilité. Elle montre comment un tragique accident peut à la fois briser et construire, qu'apprendre à vivre ne signifie pas oublier, mais avancer malgré tout, avec la mémoire, l'absence et l'amour.

Cassandra Jullia est née en 1999. Elle est influenceuse, ancienne dauphine de Miss France, et a participé à plusieurs émissions de télé-réalité dont *La Villa des cœurs brisés* et *Les Cinquante*. Elle est aujourd'hui suivie par plus de 1,5 million de personnes sur les réseaux sociaux.

19,90 euros

Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-3853-8



9 791028 538538



FABRIQUE
EN FRANCE



éditeur écoresponsable

Rayon : Témoignages

editionsleduc.com

LEDUC

Vivre avec

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS!

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux!

Rendez-vous ici : **bit.ly/newsletterleduc.**

Retrouvez-nous sur notre site **www.editionsleduc.com**
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable!

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Avec la collaboration de Louisiane Dor

Préparation de copie : Mylène Coll

Relecture : Audrey Peuportier

Maquette : Laurent Grolleau – Ma petite FaB

Design de couverture : Élisabeth Hébert

Photographie : Lionel Antoni

© 2026 Leduc Éditions

76, boulevard Pasteur

75015 Paris

ISBN : 979-10-285-3853-8

CASSANDRA
JULLIA

Vivre avec

À Théo

Sommaire

I LE BASCULEMENT

L'accident	11
Quelques heures plus tôt	13
Mon frère est devenu « un corps »	25
La vie à cinq	29
Au revoir définitif	39

II SURVIVRE AU DRAME

Vivre, c'est trahir	45
---------------------	----

III LES CICATRICES

Les phobies	57
L'abandon	61
Apprendre à m'aimer à travers le regard des autres	67
Devenir quelqu'un	77

« Trop »	83
Vivre pour deux	93

IV VIVRE SANS

Le drame raconté par Fabienne, ma maman	101
---	-----

V VOS MOTS ET VOS MAUX

Témoignages de ma communauté	129
------------------------------	-----

Remerciements	141
---------------	-----

I

Le basculement

L'accident

Ce soir-là, le poste de télévision est allumé sur le journal, où l'on voit un hélicoptère survoler la cascade. Les images sont glaçantes. Un journaliste commente la scène, d'une voix monotone, ce même journaliste qui, tous les soirs, raconte les nouvelles les plus importantes. Mais ce soir, cette voix ne m'est pas égal. Le journal m'absorbe, m'aspire. J'ai quatorze ans, je suis en état de choc, et je n'ai pas encore saisi que ma vie vient juste de basculer.

« À Cilaos, cet après-midi, un enfant de dix ans est tombé dans la rivière de Bras Rouge. Selon la presse locale, il se promenait en famille sur un sentier bordant le rempart de la rivière, lorsqu'il a chuté d'une cinquantaine de mètres. »

Paralysée devant le poste, je ne réalise toujours pas. Il semble que quelqu'un a éteint mon cerveau. Je ne suis plus capable de penser, de ressentir. De comprendre. Inconsciemment, je bloque cette information, d'une violence inouïe, afin qu'elle ne m'atteigne pas. Ma vie, mon frère, mon après-midi, racontés au journal régional.

Rien de ceci ne peut être réel.

Tout cela n'arrive que dans les films.

Et pourtant.

Quelques heures plus tôt

Le 27 avril 2013 est le premier jour du reste de ma vie.

Mes parents, deux couples d'amis, mon petit frère et moi, allons nous promener à la cascade Bras Rouge, à Cilaos. Une cascade fréquentée par des randonneurs, dont le point culminant est de plus de cinquante mètres. Le soleil est au rendez-vous, mais ce beau temps quotidien ne m'atteint pas. Si j'ai accepté la vie à La Réunion, je ne m'en réjouis pas pour autant. Ce jour-là, nous longeons la rivière turquoise et brillante, les rochers clairs et lisses, sous mon indifférence la plus totale.

Tandis que les adultes parlent entre eux, je reste à l'écart avec mon frère Théo. Son jumeau,

Enzo, est resté au gîte avec une amie de mes parents. Une jambe dans le plâtre, il n'a pas pu assister à cette journée qui sera déterminante. Il nous attend tranquillement et prépare la raclette que nous avons prévu de manger le soir. Toute sa vie, il se demandera pourquoi il n'était pas avec nous. Toute sa vie, il partagera cette même culpabilité : aurions-nous pu éviter ce drame ?

Nous grimpons durant deux heures les collines qui mènent à la cascade. Théo et moi sommes en tête ; les adultes traînent à quelques dizaines de mètres derrière. Ce jour-là, mon frère porte un tee-shirt vert fluo et une polaire rouge. Si la température, en ville, est de vingt-six degrés, dans les montagnes, elle doit être de quinze degrés de moins. Et les averses régulières, au mois d'avril, nous invitent à prévoir de quoi nous couvrir. Je me souviens précisément de sa tenue, de chaque motif qui la compose, de chaque pli dans le vêtement.

Sur le chemin, comme d'habitude, nous nous taquinons. Rien n'a changé ces dernières années. Mes frères et moi sommes comme chien et chat. Nous nous chamaillons, sommes mauvais les uns envers les autres sous couvert

d'humour. Je fais remarquer à Théo sa façon d'être, selon moi, trop atypique. De n'être toujours entouré que de filles. D'avoir une drôle d'allure avec son morceau de Scotch collé sur ses lunettes. Puis, je décide de lui dire ces mots. Ces mots pour rire, qui me semblent, sur le moment, parfaitement anodins. Ces paroles que je suis si loin de penser, mais que je regretterai, pourtant, toute ma vie : « Théo, tu es l'erreur de la famille. »

Et, par la suite : « Je vais te pousser du haut de la falaise. »

Nous rions, Théo fait la moue, réplique, m'assure que si je le pousse, je tomberai avec lui. Cette phrase, qui avait initialement un tout autre sens, me rongera des années : « Si je tombe, tu tombes avec moi. »

Lorsque nous arrivons au sommet, je suis impressionnée par le panorama, envoûtant, les immenses rochers et le ciel nuageux. La blancheur du décor est éblouissante et la lumière est si claire qu'elle m'aveugle. Nous entendons l'eau de la cascade se jeter dans la rivière ; elle semble tout proche et pourtant, impossible de la voir. Il n'y a aucun panneau, aucune indication

pour prévenir de la proximité de la cascade. De la proximité du danger. Le vent se lève, le courant est fort, bruyant.

Les adultes arrivent et s'installent un peu plus haut. Ils s'assoient, se rafraîchissent, prennent quelques photos tout en nous demandant de les rejoindre. Ils insistent, nous disent que nous avons besoin de boire, que nous devrions venir jouer près d'eux, nous répètent que c'est dangereux. Mais nous ne sommes pas pressés d'obéir. Mon frère et moi voulons jouer dans le nid de la cascade, et nous lançons le défi d'atteindre le point culminant qui la surplombe. Nous nous proposons de sauter de rocher en rocher, et appelons ce jeu « Le Parcours de la mort ».

L'amie de mes parents s'aventure un peu plus loin, pour tenter d'apercevoir la cascade. En revenant, elle nous signale que les roches polies sont glissantes, que le courant est fort, et nous suggère de ne pas tenter d'aller là-bas. Je lui donne raison, puis insiste auprès de mon frère, lui demande d'abandonner l'idée, lui répète encore que se rapprocher est risqué. Mais il s'y aventure.

Et quelques minutes plus tard, l'impensable survient.

Mon frère est allongé sur la pierre trempée, juste au-dessus de la cascade. Je lui fais la morale, lui dis que les parents vont le gronder s'il mouille ses vêtements. Qu'il devrait se relever. Sur le moment, avec mon cerveau de jeune adolescente, je ne réalise pas le danger. Je pense d'abord à l'éventualité de se faire engueuler s'il revient trempé. Je ne comprends pas encore qu'il ne reviendra pas. Je n'ai pas le temps de comprendre. Je ne saisis pas que mon frère est en train de glisser et qu'il sera, dans un instant, aspiré par le vide. Les yeux bleus de Théo plongent dans les miens, il n'y a pas de peur qui transparaît. Pas un cri, rien. Aucun de nous deux ne prend conscience de ce qui est en train de se passer. Mon frère glisse devant moi et, en une fraction de seconde, sort de mon champ de vision. Je hurle son nom par réflexe, mais il est déjà trop tard. Mon petit frère de dix ans chute dans la rivière et disparaît aussitôt, dans le courant brillant de Bras Rouge. Tout au long de ma vie, je garderai l'image de son dernier regard, calme, vain. Ce regard qui voulait dire : « C'est fini mais on ne peut rien y faire. »

L'amie de ma mère, qui était encore proche de nous, pousse un cri. Ma mère, comprenant aussitôt qu'un accident vient d'arriver, hurle à son

tour. Elle tente d'abord de se jeter de la falaise, mais elle est retenue par ses amis qui la maintiennent au sol. Ses hurlements, perçants, d'une horreur absolue, resteront à jamais gravés dans ma mémoire. Tétanisée, je reste au même endroit, fixant le point où j'ai vu mon frère pour la dernière fois, il n'y a que quelques secondes. Mon père, immédiatement, tente de localiser Théo grâce au puissant objectif de son appareil photo. Ce jour-là, pour la première fois, je vois mon père joindre les mains pour prier, à qui voudra bien l'entendre, de lui ramener son fils.

Alors que mes parents crient le nom de mon frère, une promeneuse, Nathalie, s'arrête pour me prendre en charge. Elle m'éloigne de la cascade, me met de l'eau sur le visage, tente de me faire revenir à moi. Je me sens dissociée de moi-même, je ne réalise pas ce qui vient de se passer. Je sais qu'il est arrivé quelque chose, je comprends qu'un accident vient d'avoir lieu. Mais c'est davantage la panique de mes parents qui me perturbe. Les informations me parviennent, mais mon cerveau les repousse.

Nathalie appelle les secours en expliquant que mon frère est tombé de la cascade, et qu'il est impossible de le localiser d'en haut. Elle prévient

également que ma mère est dans un grave état de choc et qu'il faut la prendre en charge. Rapidement, Nathalie et son mari décident de me préserver en me ramenant au gîte. Mais, du haut de cette falaise, nous sommes séparés du monde. Il n'est pas possible de la dévaler pour aller chercher mon frère, ni pour sauter dans une voiture. Pendant plus de deux heures, nous devons redescendre, prudemment, le chemin sinueux que nous avons gravi.

Je me sens immédiatement à l'aise avec Nathalie, que je considère aujourd'hui comme faisant partie de ma famille. Elle me pose beaucoup de questions, et comprend que je n'ai pas encore compris la situation. Je me souviens lui dire : « J'espère que mes parents vont réaliser que cette île est dangereuse, et que nous allons enfin rentrer en métropole. »

Dans ma tête, la situation ne peut pas être dramatique. Et puis, tout s'est passé à une telle vitesse... Cette journée s'est transformée en une demi-seconde, nous sommes passés d'un monde à l'autre en un battement de cils. Je suis convaincue que Théo va aller à l'hôpital et s'en sortir. Je ne cesse de répéter : « J'espère que mon frère n'a rien de grave. »

Dans la voiture, le temps me paraît long et à la fois, je suis dans une bulle. Je me perds dans mes pensées, prie encore pour que nous rentrions vite en métropole. Égoïstement, je ne pense plus qu'à ça. Sûrement est-ce une manière de me détacher du présent. De ne pas laisser la peur m'envahir. Car, même s'il m'est inconcevable que mon frère soit mort, quelque chose en moi essaie de me dire que la situation est pire que je le pense.

Nathalie me dépose devant le gîte. En me voyant dans une voiture étrangère, Enzo comprend tout de suite qu'il y a un problème. Nous grimpons dans la voiture de l'amie de mes parents et nous dirigeons vers l'hôpital. Sur le trajet, je raconte, avec mes mots, ce qui est arrivé. Toujours pleinement détachée, je dis que Théo a certainement un os cassé, et que ma mère a eu très peur. L'amie de mes parents ne dit rien, tente de ne pas nous affoler. Après tout, pour le moment, personne ne sait. Mon frère, à notre connaissance, n'a pas encore été retrouvé. Mais Enzo commence à paniquer. Théo est son frère jumeau, son âme jumelle, son sang.

Nous arrivons devant l'hôpital en même temps que l'ambulance. À ce moment-là, mon père

apparaît. Avant même que nous soyons garés, il me regarde dans les yeux et me fait « non » de la tête. Son visage est gonflé, mon père semble avoir beaucoup pleuré. À ce signe de tête, à ce visage éteint, défiguré par la tristesse, je comprends que mon frère est mort.

Les souvenirs de l'hôpital sont vagues. Je revois ma mère dans un état indescriptible. Elle est enveloppée dans une couverture de survie, au téléphone avec ma grand-mère. À travers ses sanglots, ses mots sont presque inaudibles. La vie est devenue aussi trouble qu'un cauchemar, dans lequel tout n'est qu'angoisse et confusion. J'assiste à toutes ces scènes sans comprendre s'il s'agit bien de la réalité. J'apprends qu'un hélicoptère a d'abord rapatrié ma mère, qui voulait se jeter de la falaise. Puis, les secours ont mis deux heures à retrouver mon frère. Un nageur est descendu de l'hélicoptère avec une corde, afin d'atteindre l'endroit périlleux où le corps s'était logé.

Le soir, nous quittons l'hôpital dans lequel nous abandonnons, pour la nuit, mon frère inanimé. Nous rentrons immédiatement chez nous. Sur la route, je vomis. Mon corps semble comprendre la situation, quand ma conscience

continue pourtant de la rejeter. Le choc continue de bloquer l'information et de détourner mon attention vers des choses futiles : je veux rentrer en métropole, je ne pense qu'à ça. Cette pensée redondante renforcera, plus tard, mon sentiment de culpabilité. Mais je crois, en y réfléchissant, que j'essayais simplement de penser à tout sauf au drame. L'information était d'une telle violence que j'ai préféré m'en dissocier.

En arrivant, la maison nous attend, vide et fantomatique. Un silence pèse, d'une lourdeur sans pareille. Dans ma tête, je tente de remettre les événements dans l'ordre. J'essaie de me convaincre que tout cela est réel. Je me répète : « Mon frère est mort. » Mais l'information reste à l'extérieur de moi. Elle est là, je l'écoute, la regarde, l'observe. Mais je ne la laisse pas m'atteindre. Mon cœur bat vite et fort, il me semble marcher dans un tunnel de brouillard. Pourtant, je reste étrangement calme. Un calme que je ne me connais pas. Le ciel pourrait nous tomber sur la tête, je le regarderais tomber en me disant : « Tiens, le ciel tombe. »

Je suis absente.

Pour tenter de me préserver au mieux, mes parents me suggèrent d'aller chez des amis. Mais la soirée n'est pas moins choquante que dans notre propre salon. Lorsque j'entre dans leur maison, le poste de télévision est allumé sur le journal, où l'on montre les images de l'hélicoptère et de l'ambulance, commentées par la voix d'un journaliste. Les images me traversent ; pourtant, les faits me contournent. Je me sens à la fois ailleurs, et beaucoup trop présente. Ce qui se passe est faux. C'est impossible. Je n'y crois pas. Demain matin, je me réveillerai, j'irai m'asseoir à la table de la cuisine pour prendre mon petit déjeuner, où m'attendront mes deux frères ; je leur raconterai mon affreux cauchemar, et j'en profiterai pour leur dire que je les aime plus que tout au monde.

Mon frère est devenu « un corps »

Le lendemain du drame, je me réveille avec un nœud dans le ventre. Je n'ai pas encore réalisé, mais mon corps a saisi. Ce jour-là, je vais prendre conscience de la situation de la manière la plus brutale, la plus traumatisante qu'il soit. Mon père nous emmène à la morgue.

Tandis que nous restons dans la voiture, il va reconnaître le corps de son fils. Il en revient bientôt, le visage déformé par le choc et les larmes, et nous conseille de ne pas y aller. Comment savoir quel est le bon choix à faire ? Ne plus jamais revoir mon frère, et garder l'image de lui vivant ? Ou choisir de le voir une dernière fois, éteint et abîmé ? Après mûre réflexion, nous décidons, tous, d'aller le voir. Sur le moment, je me dis que ne pas lui rendre visite serait égoïste.