

ANXO LUGILDE

# LA VELLA COMPANYA



ELS MEUS TRENTA ANYS DE LLUITA  
CONTRA LA DEPRESSIÓ

ANXO LUGILDE  
LA VELLA  
COMPANYA

Els meus trenta anys  
de lluita contra la depressió

Pròleg de Xavi Bundó  
Traducció de Neus Bonilla Benages

TÍTOL ORIGINAL: *LA VIEJA COMPAÑERA*

PRIMERA EDICIÓ: SETEMBRE DEL 2021

© ANXO LUGILDE, 2021

© DEL PRÒLEG: XAVI BUNDÓ, 2021

© DE LA TRADUCCIÓ: NEUS BONILLA BENAGES, 2021

© COLUMNNA EDICIONS, LLIBRES I COMUNICACIÓ, S.A.U.

AV. DIAGONAL, 662-664 - 08034 BARCELONA

ISBN: 978-84-664-2816-3

DIPÒSIT LEGAL: B. 9.795-2021

FOTOCOMPOSICIÓ: TONI CLAPÉS

IMPRÈS A CATALUNYA - PRINTED IN CATALONIA

[www.columnnaedicions.cat](http://www.columnnaedicions.cat)



Queda rigorosament prohibida sense autorització escrita de l'editor qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra, que serà sotmesa a les sancions establertes per la llei. Podeu adreçar-vos a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra ([www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com); 91 702 19 70 / 93 272 04 47). Tots els drets reservats.

## *Índex*

<i>Pròleg de Xavi Bundó</i> . . . . .	13
<i>Carta a la Vella Companya, una malaltia totalitària</i> . .	17
1. Així vaig sortir de l'armari de la depressió . .	23
2. Amb la mà esquerra lligada a la cadira . . . . .	35
3. En Laureano, el Churchill que va veure venir la Vella Companya . . . . .	43
4. Quan em mirava l'horari dels trens sense voler viatjar . . . . .	51
5. El Ribeiro de la cavalleria polonesa . . . . .	65
6. El meu Dieppe del Prozac . . . . .	73
7. Desxifrant Enigma a Buçaco . . . . .	83
8. La línia Maginot de la Falsa Alegre Companya . . . . .	93
9. Les Ardenes I, el primer bloqueig cerebral . .	117
10. Les britàniques aigües termals d'Ourense . .	131
11. L'Operació Barba-roja, la recaiguda més anunciada . . . . .	143

12. Pearl Harbour i l’aliança total contra la Vella Companya. . . . .	159
13. L’El-Alamein del conillet d’Índies ES-151-003	175
14. Stalingrad, els bolets màgics de la victòria . .	193
15. La meva batalla de Kursk al llac de Banyoles	207
16. La caiguda d’Il Duce i l’adeu a les pastilles . .	213
17. El meu desembarcament de Normandia del camí de Sant Jaume . . . . .	221
18. Les Ardenes II, quan la pandèmia em va paralitzar la ment . . . . .	231
19. Alamogordo, els meus vuit dies internat. . . .	251
<i>Carta a la Vella Companya (en retrocés). . . . .</i>	271

*Així vaig sortir de l'armari de la depressió*

**L**a matinada del 25 d'octubre del 2020 vaig sortir de l'armari de la depressió gravant un àudio en què explicava públicament que pateixo aquesta malaltia. L'acció responia a una necessitat extrema que sentia i que feia massa temps que posposava. Em va servir per liquidar un deute múltiple. Considerava que l'havia contret no explicant què em passava, quina era la misteriosa patologia que, els quatre anys anteriors, m'havia tomat tres vegades i havia provocat llargs períodes de baixa laboral. El primer cop van ser sis mesos. El segon, quinze. A més, cal sumar-hi les set setmanes de desaparició professional que havia acumulat en el moment que vaig gravar l'àudio.

El deute originari que sentia que havia de saldar era amb mi mateix, perquè necessitava deixar anar el llast de la vergonya d'una malaltia que estigmatitza tant, incompresa, objecte d'un escarni indecent (encara que, per sort, cada cop menys) i també de tot un procés de culpabilització que va sumint el pacient en

la misèria i que és precisament allò a què dedica l'esforç més gran.

El segon deute el tenia amb l'audiència del programa de ràdio *Via lliure*, de RAC1, amb el qual col·laboro habitualment els diumenges des del 2015, així com amb els lectors de *La Vanguardia*, diari en què tinc el privilegi d'escriure des del 2005, com a corresponsal a Galícia al principi i des del 2009 també a Portugal, gràcies a un experiment de corresponsalia atlàntica ideat per l'Enric Juliana. Finalment, també amb els seguidors del diari digital en llengua gallega *praza.gal*.

Com a corresponsal de llocs no essencials des del punt de vista informatiu, tret de moments puntuals com ara el rescat financer portuguès o les eleccions gallegues, a *La Vanguardia* jo no hi publicava cada dia ni hi tenia una periodicitat fixa, encara que la meua presència fos més habitual els caps de setmana. A la ràdio del grup Godó, RAC1, líder d'audiència a Catalunya, sí que hi tenia una cita periòdica els diumenges al matí, i molt puntualment els dissabtes si hi havia algun canvi. I vet aquí el problema, perquè no només m'havien adjudicat un dia fix, sinó que havíem aconseguit crear una proximitat entre el meu personatge i l'audiència, una connexió d'afecte galaicocatalà. Encara que pugui ser molt senzilla d'entendre i d'analitzar, la seva intensitat i potència no em deixaven de sorprendre, ni em deixava de meravellar el director del programa, en Xavi Bundó, un autèntic gegant de Sabadell, un monstre de les ones catalanes cridat a dominar-les les pròximes dècades.

Hi havia l'agreujant que jo havia estat purgat el 2017 dels mitjans públics gallecs, quan el Moderadíssim, el

president de la Xunta, va laminar qualsevol veu de dissidència crítica que considerés potencialment perillosa i gens procliu a la genuflexió davant la seva majestuosa figura. De manera que sempre vaig tenir una necessitat addicional d'explicar la meua absència. Havia d'aclarir per què ja no hi havia aquella connexió dominical de les nou del matí amb Compostel·la en què, després de saludar els tertulians que eren a Barcelona, en Bundó em donava pas i jo encetava el discurs amb el meu ja clàssic «Bos días, Catalunya!».

És curiós, perquè quan vaig començar al món del periodisme, la ràdio no era gens el meu fort. Em posava molt nerviós i no aconseguia parlar, fins al punt que quan, cada pocs mesos, em tocava fer de corresponçal d'Antena 3 a Radio Ferrol (perquè era un dels acords d'aquesta emissora amb el meu diari d'aleshores, *La Voz de Galicia*), havia de cedir el meu torn. I renunciar a les consegüents quinze mil pessetes, que a principis del 1990 m'anaven d'allò més bé.

La delegació de *La Voz* era força bonica. Donava als arbres de Cantón de Molíns, el pòrtic de l'Alameda de Suanzes, la primera traçada a les ciutats gallegues, amb un disseny urbà quadriculat del segle XVIII creat pels enginyers de la que va ser la gran base naval espanyola, dreçada en direcció a la Gran Bretanya. El que anomenaven «la ràdio» era un quarto de mala mort sense finestres que es trobava al final del passadís dels lavabos. Només hi havia una taula, cadires i un telèfon que feiem servir per fer entrevistes, trucar a fonts compromeses i comunicar-nos amb les nostres parelles o conquestes, reals o potencials.

Allà m'ho passava tan malament que m'agafaven es-



garrifances, el telèfon em relliscava per l'espatlla i, en ple atac de tartamudeig imparable, no aconseguia llegir el text que havia preparat amb la notícia del dia de Ferrol. Segurament part del problema raïa en l'encarcarament del gènere informatiu amb què estava dissenyada aquella connexió. Tot i això, a mi m'encantava aquell mitjà i, a més, el que m'interessava de debò era l'àmbit de la informació, que durant aquells anys noranta dels meus inicis al món del periodisme no parava de cedir espai al de la tertúlia.

La meva fòbia radiofònica la vaig curar a Intereconomía! Sí, en aquella emissora d'extrema dreta, a la versió televisiva de la qual Pablo Iglesias Turrión va dur a terme el seu «entrisme» als mitjans de comunicació de masses, a l'estil de Comissions Obreres al Sindicat Vertical del franquisme. Allò meu va ser molt més modest. No va ser gens planificat, sinó espontani.

Va passar entre els anys 1998 i 2000, quan José Cavero, un dels clàssics del periodisme de la transició, feia un programa de revista de premsa basat en entrevistes a autors d'informacions que copsaven la seva atenció, com algunes de les que jo publicava a la secció d'Economia de *La Voz de Galicia*. Em trucava per telèfon i jo li responia les preguntes amb tanta naturalitat que, sense adonar-me'n, vaig superar la por inicial. Vaig descobrir que m'agradava, que m'hi sentia còmode. Crec que vaig deixar d'agafar aquelles trucades quan em va començar a semblar que era un abús fer una feina per la qual no em pagaven, en un mitjà aliè al grup al qual jo pertanyia i que a més no em despertava gaire simpatia.

Més endavant vaig començar a participar en tertúli-

es matinals a Radiovoz, l'emissora del diari. I vaig comprovar que m'encantava, que m'ho passava d'allò més bé comentant les informacions i parlant davant del micròfon tant com podia. Vaig passar una època parat, durant el bipartit del PSOE i el BNG, quan ja no treballava a *La Voz de Galicia* i, per tant, havia deixat la seva emissora. L'alternativa natural era la ràdio pública autonòmica, que en aquell moment d'obertura després de la caiguda del fraguisme, amb la Xunta de coalició, va ampliar els programes d'anàlisi política. Tot i això, jo vaig estar-hi vetat durant tota la legislatura per una barreja de represàlies professionals i polítiques. Per contra, sí que vaig acabar debutant a Televisión de Galicia (TVG), cosa que em proporcionava més diners i projecció, però m'agradava menys.

Passats els primers anys del PP, durant els quals m'havien estès el veto a la TVG, i gràcies a la intervenció d'un alt càrrec popular molt decent que va considerar que la meva exclusió era una indecència, a partir del 2011 em van incorporar a la Radio Galega, a més de tornar a la tele. Llavors, vaig tornar a constatar que en aquest món no hi ha res com la ràdio, on m'ho passava com el nen gran que soc.

Així, doncs, quan en Bundó em va donar l'oportunitat de fer el salt a RAC1, per pagar-me el deute que creia que tenia amb mi per haver-lo ajudat quan va aterrar a Galícia com a enviat especial amb només vint-i-quatre anys, jo ja tenia un cert bagatge professional i acadèmic: quaranta-cinc anys, dues llicenciatures, un doctorat i una fòbia al micro superada. Estava a punt per no desaprofitar l'oportunitat, que era meravellosa.

No oblidaré mai el diumenge que hi vaig debutar, des dels estudis de Radio Galicia de la Cadena Ser a la plaça Roxa de Santiago, però rememorant en realitat la Barcelona de la meva infància i recurrent part del camí de l'autobús escolar del meu col·legi, el Sant Ignasi. Mentre parlava, seguia el passeig de la Bonanova des de l'avinguda del Tibidabo, després entrava a la senyorial escola dels jesuïtes de Sarrià, baixava per Anglí i voletejava per la Torre Godó, a la planta quinzena de la qual hi ha l'emissora RAC1. En les intervencions següents, vaig continuar per la Diagonal i fins a la Sagrada Família, passant pel carrer Provença amb Roger de Flor, on vaig viure de petit, per baixar seguidament pel passeig de Gràcia i la Rambla, fins al port, on el 1930 havia arribat per treballar, des de la Corunya, el meu besavi José Díaz.

Era tot tan poètic que en realitat, sense saber-ho, volava sobre la rajola de xocolata urbanística d'Ildefons Cerdà en direcció a l'Hospital del Mar, a la Barceloneta, on vaig acabar trobant solucions per a la meva malaltia. Però en aquell moment el més important és que l'aposta personal d'en Bundó va funcionar i vaig aconseguir consolidar-me. Entre tots dos vam anar construint un personatge que donava una visió externa de la qüestió catalana, sempre amb murrieria gallega.

Com que ens comunicàvem per WhatsApp i jo era l'únic que no era a la planta quinzena, quan demanava la paraula enviava a en Bundó unes emoticones d'alçar la mà, una acció que ell solia comentar en antena. Això també servia per anar veient a les xarxes socials com l'audiència s'apiadava del tertulià gallec, al qual, a

mil cent quilòmetres de distància, gairebé no deixaven parlar, tot i que en realitat quan jo agafava el micròfon em resistia a deixar-lo anar.

M'hi vaig anar fent un lloc, sense arribar a ser cap estrella —no cal exagerar—, perquè no oblidem que no deixava de ser el corresponsal tartamut d'Antena 3 a Ferrol de principis dels noranta. El que va passar és que el suport dels oients es va disparar quan la Vella Companya em va tombar el desembre del 2016. No devien passar gaires diumenges abans que comencessin a aparèixer a les xarxes socials missatges d'oients que em reclamaven, preguntant «On és, l'Antxo?», com em solen anomenar a Catalunya. Jo seguia aquells comentaris amb atenció, amb una barreja d'alegria i trista impotència que m'acabava resultant frustrant i melangiosa, però alhora commovedora. En Bundó em va explicar que hi havia molts més comentaris dels que jo veia, perquè arribaven directament al programa. Era una època en què tenia la mare enganyada: li havia dit que m'havia agafat uns mesos sabàtics per escriure un llibre.

Vaig tornar el maig del 2017, cosa que em va permetre participar en tota la programació especial d'aquell any únic. De fet, als serveis informatius de RAC1, quan van fer el resum d'aquella temporada vertiginosa, van constatar que en pràcticament tots els moments clau apareixia la meua veu, perquè solien tenir lloc el cap de setmana o durant les hores intempestives que encomanaven a en Bundó. Així que quan vaig recaure, l'agost del 2018, la meua absència es va notar encara més i les preguntes de l'audiència van augmentar, perquè, un cop

superada la fase d'enganyar la mare, ja es podia dir que estava malalt. El 2019, encara que continuava de baixa, vaig reparèixer en antena dues vegades, arran de les eleccions generals de l'abril i les municipals i autonòmiques del maig, per parlar sobre la meua especialitat, perquè, tal com va dir un cop un alt càrrec de l'administració electoral argentina, «vos naciste en una urna».

En una d'aquelles connexions, en Bundó va prometre que quan tornés al programa, cosa que jo sempre deia que seria al cap de poques setmanes, em rebria amb gaites. En realitat faltava força temps, perquè la Vella Companya actua amb dents de serra i no deixa anar la presa fàcilment. Però el gran dia va arribar el 10 de novembre del 2019, el de les segones eleccions generals d'aquell any, amb l'alta mèdica i quan ja feia uns quants dies que m'havia reincorporat a *La Vanguardia*. I allà, a la planta quinzena del número 477 de la Diagonal, m'esperaven els gaiters de l'associació Toxos e Xestas, el grup de música tradicional de Galícia més antic de Catalunya. S'hi havien ofert ells mateixos, recollint el quant per actuar en directe.

Va ser preciós, segurament el màxim a què pot aspirar un galaicocatalà com jo. Van interpretar «A Rianxeira», una cançó que havien triat els productors del programa, els gaiters i la Xema, la meua parella, que també hi estava ficada. I jo vaig passar per un moment molt fraguista, la faceta més emotiva i regionalista de Manuel Fraga Iribarne, no la del clamorós ministre del franquisme, ni la del patró de dretes famós per haver arrencat els telèfons d'arrel a la seu central de l'aleshores Alianza Popular del carrer Génova número 13.

Vaig plorar tota l'estona que va durar la peça. M'emocionava pensar en els gaiters, en com havien matinat i en el fet que fossin allà dalt de la Torre Godó.

En aquelles condicions em va resultar impossible sortir de l'armari de la depressió. En primer lloc en Bundoó va posar l'àudio del meu comiat de final de temporada del juliol del 2018, i algunes de les meves intervencions sobre els comicis del 2019. Va explicar que havien passat més de quinze mesos, però que em reincorporava totalment després d'haver superat un problema de salut. El misteri va quedar obert a tota mena d'interpretacions. Ho vaig constatar fent les habituals cerques del meu nom a Google per comprovar de manera ràpida quins textos m'havien publicat. Vaig quedar parat de veure que darrere d'«Anxo Lugilde» l'algoritme oferia «malaltia» i «salut». L'única explicació que hi trobava era que els oients ho havien estat buscant, i que potser pensaven que tenia càncer, de manera que em va semblar una crueltat no haver explicat la veritat.

Vist amb perspectiva, em vaig equivocar no fent el pas en aquell moment. Però, a part del fet que les condicions eren poc favorables, amb les gaites i fins i tot la jornada electoral, no les tenia totes. Volia donar les gràcies als terapeutes de l'Hospital del Mar i havia interioritzat, després de molts anys de teràpia, que tenir una malaltia mental (o de l'ànima) com la depressió, la meua Vella Companya, és equivalent a patir una malaltia a qualsevol altra part del cos, com ara la miopia, la diabetis o la tuberculosi, i que no és just que s'estigmatitzi socialment les persones que la pateixen. En qualsevol cas, vaig perdre l'ocasió de fer-me fort, de respondre a

la inquietud dels oients que tant suport m'havien donat, d'ajudar altra gent —com vaig comprovar més tard— i fins i tot d'haver publicat abans aquest llibre, que en gran part està basat en els diaris que vaig anar escrivint durant els quatre mesos que, al llarg del 2019, vaig fer de conillet d'Índies d'un assaig clínic al centre sanitari de la Barceloneta.

Jo no les tenia totes, perquè no volia esventar la meua vida privada i valorava el meu dret a la intimitat. De fet, vaig intentar novel·lar els diaris, però només vaig aconseguir encallar-m'hi set anys i no publicar res. I això que, en aquest temps, he escrit dos assaigs (un dels quals, unes tres vegades) i he començat una novel·la. Deixant de banda les meves penúries editorials, en el fons era molt conscient que resultava absurd continuar ficat a l'armari de la depressió, d'entrada perquè tothom que m'estigmatitzava professionalment ja sabia què em passava. I tampoc no em costava gens explicar als amics i coneguts com havia anat tot el procés de recuperació.

Va ser un error que la pandèmia em va ajudar a corregir, per l'esgarrifosa via del tercer episodi depressiu salvatge que vaig tenir des del 2016. Es va desencadenar precisament en directe al *Via lliure* del diumenge 6 de setembre del 2020, el dia que s'estrenava la nova temporada. Va ser espantós. Per poc que no ho explico. De fet, un dels meus plans era convertir els meus diaris en una obra pòstuma. Però com que a partir de mitjan octubre em vaig començar a trobar més bé, gràcies al fet que vaig tornar a la medicina tradicional i la teràpia a Santiago, notava que no em sabia greu explicar què em passava. I és que la decisió de sortir de l'armari de

la vergonya de la meva malaltia va ser un procés molt compostel·là, però que vaig explicar a Catalunya.

Un cop que, a partir del pont del 12 d'octubre, vaig deixar enrere el desig de morir-me i vaig reprendre les passejades per Santiago, vaig començar a notar que la societat percebia la depressió d'una manera un xic diferent de la d'abans de la pandèmia. Sovint, les converses amb gent que no coneixia de res m'empenyien a explicar què em passava, per què encara em desorientava i tenia llacunes i descuits. Confessava que estava malalt, però no de coronavirus, perquè notava que això sí que espantava els interlocutors. I quan explicava que tenia una depressió de cavall, percebia una gran comprensió, més gran entre les dones que entre els homes, com és habitual, però considerable en general. Era com si, amb el planeta infectat, la gent fos més sensible a les malalties, sobretot les mentals. Ben sovint em deien que tothom estava fatal del cap, com si fos una ferida oberta produïda per la fatiga pandèmica.

Amb tot, fer pública la meva malaltia em va costar força. Sentia que havia de donar alguna explicació a l'audiència, perquè en Bundó em comentava que rebia missatges, i sovint el diumenge em trucaven o m'escrivien amics i companys de feina per preguntar-me si estava passant el que es temien, encara que tan sols uns mesos enrere se'm veiés invulnerable. Així que em vaig decidir a gravar un missatge per a l'audiència en català, o més ben dit, en el «catagallec» que havia començat a parlar feia uns dies, quan el meu psicòleg de Santiago m'havia ordenat trobar una ocupació que m'absorbís, veient que dedicava el temps a planejar com esborrar-



me del mapa. Em va suggerir que fes bricolatge, o el que fos, per distreure la ment. Jo vaig reactivar el meu antic pla d'aprendre a parlar català. Vaig tenir la sort de poder fer classes de manera desinteressada amb la meva tieta postissa de la plaça Lesseps, la historiadora i mestra de la seva llengua Mercè Baró, que va aplicar l'encertada estratègia de considerar que els arxius de català els tenia al cervell. Només havia d'aconseguir que em deixés anar perquè el parlés i donar-hi forma.

Així, doncs, la matinada del 25 d'octubre, mentre el Govern de Pedro Sánchez s'afanyava a decretar un nou estat d'alarma, vaig gravar un primer missatge per a l'audiència, en català, que vaig enviar a en Bundó i en què explicava que estava malalt. Però llavors m'ho vaig repensar i en vaig gravar un altre, en què, per fi, explicava que no tenia coronavirus sinó una depressió. Com que estava fent règim de desconexió informativa per ordre terapèutica, no era conscient de res del que passava, així que vaig demanar que s'emetés aquell diumenge, cosa que, òbviament, no va ser possible.

En Bundó i la productora, la Cristina Gaggioli, em van instar a esperar a la setmana següent, però ja havia pres una decisió i no em volia arriscar que sorgís algun imprevist i em fes enrere. Per això vaig fer un vídeo a Twitter en què ho explicava tot, tant en català com en gallec. Vaig tenir por de possibles atacs, que algun dels trols habituals digués que ja sabia per què feia trenta anys que escrivia el que escrivia. Però, en comptes d'això, la resposta va ser una explosió d'afecte immensa. Es va tractar, de fet, d'una de les millors coses que he fet en la meua vida personal i professional.