

## Entrevista a Fernando Hernández

3 junio 2021

Por: Gabriel de Velasco y Jorge Cervera

*Todos los derechos reservados. Queda prohibida su reproducción total o parcial sin autorización por escrito.*

El pasado jueves 3 de junio, el reconocido psicoterapeuta y coach Gabriel de Velasco y el joven periodista deportivo Jorge Cervera entrevistaron en exclusiva al árbitro de la final de la liga Mx 2021 Fernando Hernández.

En ella, compartió su historia en el ramo futbolístico y cómo es que sin imaginarlo, incursiona como árbitro, así mismo comienza a generar triunfos en su vida profesional y personal.

A continuación podrás leer con detalle lo que se habló durante esta agradable entrevista.

**Gabriel:** Hola hola qué tal ¿cómo están? Nos da mucho gusto saludarlos a todos. Nos faltan ya 4 minutitos para iniciar nuestra entrevista, con un invitado muy especial ¿no, George? que es el árbitro de la final. Se llama Fernando Hernández Gómez y pues bueno, a él le tocó pitar después de 23 años, el campeonato del Cruz Azul ¿cómo ves?

**Jorge:** sí, claro, Gabo. Un un saludo a toda tu audiencia, pues ahora sí que fue testigo ¿no? de este ícono, de esta marca en la historia de luego de 23 años el Cruz Azul por fin, por fin logró el campeonato que van a dar fue el que dio el el silbatazo final que hizo al Cruz Azul campeón. Él fue el que dio el silbatazo final que hizo al Cruz Azul campeón.

**G:** sí, oye un poco polémico ¿no?

**J:** sí, hubo ahí...

**G:** sí, ese gol. Sin embargo si atendemos hacia los resultados de toda la temporada, pues la merecía. La temporada pasada también el Cruz Azul tuvo muy buen desempeño y de repente que esa temporada, del año de la pandemia se suspende cuando el Cruz Azul llevaba muy buen desempeño y ya no se supo quién pudo haber quedado campeón; muchos decían que...

**J:** que ese año era el bueno

**G:** sí, que era el bueno, no? y que le dieran ya mejor el trofeo a... al Cruz Azul. Pero bueno, quedó... quedó desierta por primera vez en la historia esa Copa y, ¿de qué vamos a hablar, George? ¿qué le vamos a preguntar? para que la gente se anime a continuar aquí con nosotros.

**J:** vamos a platicar un poquito sobre su trayectoria, sobre los logros que ha conseguido, sobre cómo es ser un árbitro ya a esos niveles ¿no? el pitar una final, haber estado en partidos internacionales incluso, vamos a platicar un poquito sobre todo eso para que la gente vea cómo es que viven ellos desde el otro lado de la cancha ¿no? que rara es la vez cuando uno no los tacha como el malo de la película.

**G:** sí, exactamente. Porque ser árbitro es una carrera difícil ¿no?

**J:** muy difícil, muy difícil.

**G:** sí...

**J:** tienes que... para empezar me parece que las oportunidades al igual que como futbolista también son muy escasas ¿no? O sea, quién te dice que en vez de trabajar

en una Liga amateur ¿no? a arbitrar en escuelas o en filiales quizá, puedes pitar incluso una final de Copa del Mundo ¿no?

**G:** exactamente. Estoy aquí ya posteando que ya estamos en vivo, me estoy poniendo aquí en otros canales.

Fíjate que mucha gente quiere saber como una persona que pasa de querer ser futbolista a querer ser árbitro ¿no?

**J:** sí, exacto ¿en que momento dijo: “me retiro de de la manera de jugar y mejor vámonos de de árbitro”?

**G:** exactamente. Bueno ya tenemos ahí a varias personas, también ahí ya está Fernando, ya está aquí con nosotros bueno pues vamos a iniciar así como va ¿no? que ya estamos ahí al aire. no sé, George, si quieres te empezará a transmitir, tú me dices.

**J:** sí, yo ya ya estoy al aire.

**G:** perfecto, muy bien, pues bueno vamos a darle la bienvenida a Fernando. Ya está por ahí. Hola hola.

**Fernando:** Hola qué tal, listo, ya tenemos a imagen y sonido ¿verdad?

**G:** excelente muy bien, ahora sí estamos al aire ¡bienvenido!

**F:** perfecto

**G:** ¿cómo estás, Fernando?

**F:** pues muy bien, muy bien muchas gracias por la invitación, contento estar aquí contigo, con tu auditorio.

**G:** muchas gracias y bueno pues estamos transmitiendo para nuestro auditorio de la Universidad Sistémica de Iberoamérica en alianza con con Jorge Cervera y su canal de Cancha de Campeones y bueno, nuestro auditorio está muy interesado en casos de personas que han logrado sobresalir en diferentes ámbitos y en este caso en el fútbol y muy específicamente en el arbitraje, voy a intentar hacer una presentación muy breve de nuestro invitado. Tú me dices si están bien nuestros datos, Fer. Naciste el 16 de diciembre de 1983 en la Ciudad de México.

**F:** es correcto

**G:** los 3 que estamos aquí somos chilango, yo soy de allá de la de la zona de coapa. Tienes una carrera de más de 20 años y debutaste como profesional, como profesional en 2008 ¿es correcto?

**F:** fue en el 2007 para ser exactos y en Primera División en el año 2015.

**G:** muy bien, sí en el 2015 debutaste en la Liga MX en el partido dorados , dorados de Sinaloa contra Jaguares de Chiapas.

**F:** es correcto

**G:** has participado en 10 torneos de la Liga MX, ya has arbitrado en partidos internacionales, en el premundial, en la Liga de naciones, Liga de Campeones y en la CONCACAF también y en el 2018 recibiste por primera vez el gafete de la FIFA.

**F:** el gafete internacional; así es, Gabriel.

**G:** Fernando, cuando eras niño a ¿qué jugabas? ¿qué es lo que más te gustaba y cómo empieza amor por el fútbol y después por el arbitraje?

**F:** pues mira, jugar pues jugué de todo, afortunadamente fui de los niños que todavía tuvo el privilegio de jugar con tierra. Yo crecí en una ciudad que está a media hora de Tijuana se llama Tecate Baja California, a pesar de haber nacido en la Ciudad de México. Mi papá para ese entonces o previo a que yo nací aquí en Ciudad de México, mi papá radicaba en ciudad de Tijuana y decide llevarnos para allá porque no le gustaba el ambiente de la Ciudad de México ¿no? en aquel entonces que estoy hablando de 83

pues ya empezaba mucho el tema de inseguridad y otras situaciones. Y entonces crecimos ahí en en Tecate, que es una ciudad parecida a lo que es Cuernavaca, que es donde hoy radico; una ciudad muy tranquila, en el ambiente, el clima, la composición geográfica y todo lo demás. Entonces, tengo la oportunidad de jugar con la naturaleza, ya que nosotros vivíamos en las orillas de la ciudad y vivíamos en una parte que era como un tipo rancho, entonces a mí me encantaba jugar al explorador y me perdía todo el día por ahí, andar correteando animales, víboras, lagartijas, lo que fuera ¿no? me sentía yo este... cazador y demás. Eh... siempre me gustó jugar con los carritos fui fan de los carritos, hasta el día de hoy sigo siendo fan de los autos y... el fútbol empieza a llenarme o a gustarme ya hasta que yo tengo cerca de 8-9 años, y porque lo empiezo a practicar primero escuela, pero ya después porque mi papá también de repente lo practicaba, lo acompañábamos; pero ya después fue que, fue decisión mía cuando empezó a involucrar más con mis amigos de ahí de la colonia y empezamos a jugar un poquito más ya en la cuestión competitiva ¿no? de jugar calle contra calle y que ya había una rivalidad. Entonces empieza mi deseo por el fútbol y en algún momento quise jugar fútbol profesional, y de hecho eso es lo que me tiene hoy en día en el arbitraje ¿no? el haber podido ser parte del futbol en algún momento profesional y semi profesional. Entonces juego y practico el fútbol desde los 8-9 años hasta los 22-23 mas o menos, que es cuando por ahí empiezo en el arbitraje pero siempre intentando cumplir un sueño que era ser jugador de fútbol profesional.

**J:** qué tal, Fernando, un gusto poder saludarte de parte de Cancha de Campeones. Muchas gracias por esta entrevista que seguramente le sacaremos mucho provecho y gracias, Gabo.

Para arrancarla, la entrevista de parte de Cancha de Campeones y la Universidad Sistémica de Iberoamérica ¿qué tan bueno... (ahora mencionas que practicaste fútbol) llegaste a estar en.. no sé en algún nivel semi profesional como como jugador en fuerzas básicas o algo por el estilo?

**F:** sí, inicié en fuerzas básicas, jugué en tercera división y subí a segunda división; intenté colocarme en lo que en aquel entonces era la Liga de Ascenso, a la Primera A en muchas ocasiones y empezando con los equipos que estaban en la ciudad de Tijuana en aquel entonces y... pero las estructuras de esos equipos era siempre ya equipos armados, de mucha capacidad y sobre todo experiencia en la en la división, porque la aspiración siempre era ascender al equipo ¿no? tener un equipo previsión en Tijuana y hasta que se consiguió. Cuando nace club Tijuana, después ya lo adquiere Grupo Caliente y es como como generan a Xolos, ¿no? que es el día de hoy, pero sí estuvimos trabajando ahí a altos niveles en el fútbol un momento. Pero llegó el momento de decir: "hasta aquí" porque uno tiene que ser honesto consigo mismo en ese sentido ¿no? o sea, sí era yo uno más por así decirlo, pero no había alguien que destacaba y sobre todo hay algo que hay que mencionar aquí que, para ese entonces yo no tenía disciplina que tengo el día de hoy en el arbitraje, era pensar que por ir a entrenar ya con eso era suficiente, con eso ya cumplíamos y con eso nos iba alcanzar para estar en donde queríamos estar y la verdad es que eso lo va dando el tiempo, lo va dando la madurez y la experiencia ¿no? pero pero hoy en día, eso que tuvimos en el fútbol, fue lo que nos ayudó para el día de hoy llegar a donde estamos.

**J:** ¿quién o cuál fue tu inspiración? que te hizo cambiar de esta idea ¿no? de ser futbolista a ser árbitro ¿por qué decidiste ser árbitro? y no por ejemplo: dedicarte a ser

entrenador o quizá dedicarte a otra cosa que ni siquiera tiene que ver con el futbol, que, ¿cuál fue la razón que dijo: quiero ser árbitro profesional?

**F:** mira, honestamente yo nunca quise. Nunca quise ser árbitro, jamás me pasó por la cabeza: “ay yo quiero ser árbitro y quiero ser como los grandes” ¿no? por mencionar algunos, a Marco Rodríguez, a este Armando Archundia que fueron la gente que yo más vi en mis momentos previos a ingresar al arbitraje. ¿cómo nace el arbitraje en mi vida? el arbitraje nace principalmente porque mi papá tenía escuela de fútbol, entonces yo le arbitraba los partidos a mi papá de su escuela, de repente cuando no llegaba el árbitro o cuando este... pues mi papá por ahorrarse unos pesos me decía: “pos órale, métete ¿no? tú sabes”, y sabía porque por lo que jugaba, porque lo que yo veía y lo que percibía los partidos, pero no porque yo quisiera porque realmente fuera un conocedor de de la regla. Entonces en una de de las veces que llegué a ir de vacaciones a Baja California, yo estando en un equipo profesional, mi papá me dice: “oye, Fernando tienes que ser profesional, tienes que cuidarte, tienes que ser responsable, tú tienes un contrato en un equipo y si vas a jugar y te lesionas pues ¿qué cuentas vas a dar? porque yo lo que hacía cuando iba ocasiones para allá, era de ponerme a jugar cuando me invitaban para darme \$200-\$300 pesitos y párale de contar ¿no? Entonces, era la manera en que yo, yo me la pasaba por allá y mi papá conocía al que era el presidente y fundador del Colegio de Árbitros de Tecate porque era el que le solicitaba al servicio para su escuela, entonces le dice: “oye, Felipe mi hijo sabe arbitrar” mi papá pues ahora sí que fue y le dijo nada mas porque me vio que me metí a la cancha con un silbato y dijo: “pues este es árbitro pues lo voy a aventar al ruedo”. Entonces, es como yo llego al arbitraje, me presento en la primera sesión de árbitro de Baja California en el colegio Felipe Maldonado Gutiérrez, y empiezan a ser la reunión, ojalá algún día tenga la oportunidad de ir a un Colegio de Árbitros y sabrán de qué les puedo hablar ¿no?

**G:** sí, claro

**F:** pero es algo, es algo único que se vive ahí, entonces por ahí dicen: “oye, pues bienvenido al nuevo compañero que ha arbitrado, ya todos los conoces, el hijo del licenciado de la escuela de de acá, de de Pachuca” y pues muchos me ubicaban porque también yo jugaba en esa Liga de repente, entonces me dicen: “Fernando, ¿quieres empezar a arbitrar?” y yo lo que les dije fue: “pues no tengo cosas” yo dije: “ya con eso ya ya la libré y ya no me meto en estos rollos” y por ahí atrás sale uno que nunca falta, que yo no sabía que era amigo de mi mamá y dice: “Felipe, yo le presto cosas” entonces pues ya no me quedó de otra, más que el día sábado, las sesiones de los árbitros del día jueves, el día sábado yo estaba debutando como árbitro en el sector aficionado...

**G:** esto ¿en qué año fue?

**F:** te estoy hablando que esto fue en el año 2000, en el año 2000 cuando yo pienso en el arbitraje, no profesional obviamente el sector aficionado y ahí empieza, ahí empieza mis primeros 3 partidos son a las 8:00 de la mañana, después 9:30 y luego a las 11:00 de la mañana, pero era de niños dije: “pues salí bien librado” pues eran niños, yo para ese entonces ya tengo la estatura que tenía de 1.78, entonces los niños pues eran más pequeños, nada mas les hacía “boo” y se espantaban ¿no? entonces era fácil controlar un partido de niños. Entonces en la tarde tuve partido de lo que le llaman la categoría “Masters” que son 60 años y más, y pues no se presentan porque ese día estuvo muy lluvioso, hizo mucho frío y demás, obviamente había que cuidar la salud de las personas adultas, pero el domingo empieza lo bueno ¿no? que es la categoría de “Veteranos” que es 30-40 y me designan a un partido que había sido la final del partido del torneo pasado,

que era un equipo que se llama “Cuerámaro” que eran puro, pura gente del lado de Michoacán, eran familias y otro equipo que se llamaba “Cruz Azul” entonces, se me van fuera de juego del tamaño del Estadio Azteca por así decirlo, y hay algo que nunca se me olvida, que cada vez que lo platico me regresa esa imagen y me puedo aterrizar perfectamente a estar en ese tiempo y en ese momento, y que yo meto la cabeza en el suelo como un Avestruz y una sacudida para mí, una sacudida para darme cuenta de que no estaba preparado para lo que estaba haciendo y no estaba preparado ¿por qué? porque no tenía el conocimiento de la reglamentarias porque yo conocía lo que me arbitraban a mí y lo poco que sabía de fútbol, qué es una falta, qué es un fuera de juego, que es un penal y hasta ahí, pero no sabía que existían 17 reglas en en las mismas reglas de juego ¿no? Entonces, es una sacudida para mí salgo bien librado ese partido a pesar de las circunstancias, les repito: yo tenía la estatura que tengo hoy, no tenía el mismo carácter que tengo hoy pero tengo algo similar a ese momento y eso me permitió salir adelante ¿no? ser joven y enfrentarte a personas que te doblaban la edad y que fácilmente te podían amedrentar o espantar, no fue fácil pero pudimos salir adelante de esto. Acudo a la persona esta que me invita al arbitraje muy triste y le digo: “señor, Felipe quiero aprender o sea me tengo que defender con algo” y me dijo: “Fernando aquí están las reglas de juego”. Y fue cuando empiezo a tener un conocimiento sobre las mismas, no me dedico lleno a ello porque yo no tenía la aspiración de ser árbitro profesional pero sí de seguir involucrado en el arbitraje porque era algo que me llamaba mucho la atención, que era para mí era un reto y entonces sigo arbitrando esporádicamente en Baja California cuando iba de vacaciones para allá del 2001 hasta 2005 aproximadamente y después es cuando por ahí del año 2004 conozco a mi mujer, conozco a mi mujer y ya platicando con ella pues es la que me dice: “oye, qué onda, qué haces, qué has hecho” y la fregada, entonces pues de ahí sale por ahí el tema de haber sido árbitro ¿no? y un día llega, ella es muy futbolera afortunadamente en ese tema sí no, no me puedo quejar, de hecho es más fanática que yo, en el fútbol de repente yo ya no quiero ver fútbol y ya estoy un poquito cansado déjenme me relajo y ella quiere seguir viendo fútbol y fútbol, entonces me llega con el periódico “Elesto” y me dice: “mira está la convocatoria para árbitro profesional, tú por qué no vas? para esto olvidé mencionarles que en una de las veces que estuve yendo a arbitrar a Baja California, el señor Felipe me dijo: “Fernando...” en un partido en una tarde que yo lo acompañaba un torneo empresarial que se jugaba entre las 3:00 y las 6:00 de la tarde y pues ahí la única persona que está disponible porque la gente laboraba y yo ya estaba de vacaciones y me dijo: “Fernando ¿quién te enseñó a arbitrar? ¿quién te enseñó a recorrer tus diagonales a pararte a señalar? Y yo: “pues nadie, Felipe, nadie” me dice: “tú deberías ser árbitro” y no sé, voy a tratar de no decir groserías pero a veces se me sale...

**G:** no, no, no. Se vale, se vale, adelante.

**F:** ¿perfecto! El señor Felipe me dice: “Fernando, déjate de chingaderas, tú debes ser árbitro, tú ya lo tienes, tú ya lo traes” y yo decía: no, Felipe no, yo voy a ser jugador” porque en ese entonces yo estaba en lo mismo, en querer ser jugador, “yo voy a ser jugador y voy a hacer lo mero mero” ¿no? entonces me insistía y me insistía pero pues yo fui necio en ese sentido, me dijo que en algún momento me podía contactar con él, que era el delegado de árbitros profesionales en Baja California para que me apoyaran y viniera a ser mi curso a la Ciudad de México para profesional pero siempre me negué a eso ¿no? Entonces cuando mi mujer llega con esto, yo lo leo, lo veo y digo: “bueno alguien me dijo que yo era bueno y ¿por qué no?” ese fue mi pensamiento: “me dijeron

que era bueno y ¿por qué no? Y vamos a ver qué sale. Pero jamás pensé, jamás imaginé que podría llegar a ser árbitro de Primera División, nunca nunca...

**G:** fíjate que ahí me identifico contigo, Fer porque en mi caso que yo me dedico a la psicoterapia y al coaching, yo estaba estudiando también en una escuela de psicoterapia pero más por un proceso personal y entonces el director de la escuela me dice: “es que tú deberías de ser psicoterapeuta” entonces yo lo que veo, que en tu caso el arbitraje te tomó, el arbitraje te abraza y te dice: “tú eres mío” ¿no?

**F:** sí, claro

**G:** y escucho de ti varias cosas que que rescató en tu calidad humana, una es la honestidad, otra la disciplina, otra muy importante la toma de decisiones y bueno tengo el privilegio de conocer a tu mujer desde la facultad y el que detrás de cada gran hombre hay una gran mujer, también me identifico, también este es mi caso y la responsabilidad y dejarte llevar ¿no? como también que si te da un don la vida, si Dios te da un don es permitir que ese don entre en ti y fluir y hacer lo que te toca ¿no?

**F:** sí, sí claro

**G:** disciplina, y la disciplina es hacer lo que tienes que hacer cuando lo tienes que hacer de la manera como lo tienes que hacer te guste o no, tengas ganas o no, y me parece que eso está ya dando frutos desde el año 2000 que me platicas hasta ahora, si vemos toda esa trayectoria y si de repente tú te encuentras a este chavo, Fernando del año 2000 ¿qué le dirías? si tuvieras esa oportunidad de verlo por 30 segundos ¿cuál sería la frase que tú le dirías a este chavo?

**F:** hígole, me la pones muy complicada, yo creo que cualquiera en mi lugar habría dicho: “pues qué pendejo fuiste” ¿no? O: “lo hubiera agarrado cuando dijeron” porque así mi carrera arbitral hubiera sido más grande y tal vez ya habría tenido la oportunidad de ir a un mundial, tal vez, sin embargo soy una persona que se aterriza mucho en la realidad, en el sentido de que estoy aquí porque aquí tengo que estar y tener que pasar lo que tiene que pasar para que yo estuviera donde estoy, entonces lo único que le que le diría es... hígole... no estaba preparado para esta pregunta eh, y quiero ser honesto en el sentido de que me mueve, me mueve, me llena porque cada quien sabe el camino que ha recorrido, lo que ha costado. Yo creo que.. ¿qué le diría a aquel Fernando? Pues: “qué bueno, o sea que bueno que... qué bueno que no le dije que no a esa oportunidad”.

**G:** exacto.

**F:** yo creo que es eso: “qué bueno que no le dije que no esa oportunidad” sin quererla, sin buscarla, a lo mejor como lo podemos decir por ahí forzada y es algo de lo que digo: “qué bueno que pasó” en el sentido de que qué bueno que... yo no le podía decir a mi papá en estos momentos que no, no en el sentido de Fernando se hace esto y yo tenía que hacerlo, o sea yo a mi papá no le podía decir que no nunca, entonces ahí fue la parte más importante de todo esto, el haber ido a lo mejor a fuerza, forzado, obligado pero que al final del día cuando tú volteas atrás y hoy ves a donde hemos llegado, sin duda no lo cambio eh, no lo cambio por nada por nada. Y bueno continuamos con la cuestión del arbitraje, inicio el curso en el 2006 soy de los 3 más avanzados dentro de mi curso y tengo la oportunidad por esa situación de salir al arbitraje profesional sin aún ser profesional en Tercera División y de mi generación de 50 y tantos árbitros que éramos en el curso, terminamos el curso nada más como 42-43 y de esos 40 y tantos, nada más quedamos 18 en 3 bloques de 6, yo fui parte del primer bloque afortunadamente, ahí empieza mi mi carrera; la carrera del árbitro siempre empieza como “Ábitro Asistente”, que es lo que todo mundo conoce como el “Abanderado” y después ya le dan a uno la

oportunidad de tomar el silbato y mostrarse dentro del terreno de juego para ver si tiene las aptitudes para estar ahí ¿no? porque no cualquiera puede ser árbitro, eso se lo garantizo, no cualquiera tiene el temple, la capacidad para ser árbitro es demasiado complicado. Y sufro una lesión muy grave, sufro una lesión muy grave, casi ruptura total de la inserción del tendón isquiotibial a la altura del glúteo, y me deja fuera casi todo un toneo; regresó para mi otro torneo y yo pensé que iba a perder ahí o me iban a sacar mucha ventaja a mis compañeros sobre mí ya en el plano arbitral y no, no fue así, el siguiente año ya inicié yo a arbitrar, ya como árbitro central y lo que siempre quise, así se dio, alguna vez estando de árbitro asistente en un partido de Tecamachalco, si alguien tiene la fortuna de conocer las instalaciones de Camachalco allá, muy bonitas y alguna vez dije: “yo quiero debutar en esta cancha como árbitro” y se me concedió sin pedirlo solito cayó y obviamente me comí la cancha, me comí la cancha, corrí como loco porque yo tenía que demostrar que tenía hambre y sed de triunfo, que es algo que siempre he dicho y se dio, se dieron así las cosas. Sigue el proceso, estoy con la lesión, se puede que estuve 3 años en en en Tercera División, arbitré dos años en Segunda División y luego eso me permite en ese momento con esa Segunda División, en mi primer año, le dicen a dos compañeros míos que eran mi competencia directa como árbitros: que existía la posibilidad de ascender a la siguiente división, que era la Liga de Ascenso como árbitros pero asistentes, no como árbitros, que es algo que ellos querían, entonces ellos toman la oportunidad ¿por qué la toman? porque ellos son mayor que yo y obviamente la edad juega mucho en el tema del arbitraje, entonces ellos toman esa oportunidad y cuando ellos me lo platican es cuando yo digo: “bueno si ellos pueden ¿por qué yo no?” entonces yo es cuando veo los alcances que puedo llegar a tener en el arbitraje y el subir a la Liga de Ascenso y poder estar en la mismo nivel que ellos y ya estando ahí, es cuando volteó a ver hacia arriba y digo: “bueno existe algo más todavía” y empiezo a ver el trabajo de los de los compañeros que en esos momentos estaban en Primera División dije: “bueno pues lo mismo, que ellos pueden por qué yo no?” y entonces me pongo como meta también subir en dos años la Primera División y no sé, no se me da, sí me frustra un poco honestamente pero regreso a lo mismo que les menciono, por algo pasan las cosas porque yo llego a Primera División en el año 2015 y empiezo a ascender, empiezo a ascender en la Primera División; mi meta era haber llegado a Primera División y en dos años pelear por el gafete internacional y se dio, tuve la oportunidad y la gente que tal vez estuvo antes que yo ascendiendo a Primera División se fue quedando, pues para mí ese año que me quede más, fue un año de más reto, de más experiencia, de más aprendizaje, de tener más herramientas a la mano y que me permiten el día de hoy estar en dónde estoy. Entonces pues desde el año 2018 a la fecha soy árbitro internacional, he dirigido dos finales en un mexicano, una de ida y esta que fue la de vuelta y una final de Copa, he tenido la oportunidad de estar en el VAR y la verdad que es una una herramienta que es divina si se sabe utilizar, si la empleamos bien y que también me llena mucho, que me que me satisface poder trabajar y poder aportar para mis compañeros y poner ese granito de arena. Prácticamente es como empiezo en arbitraje y hasta dónde vamos.

**J:** Fernando, pláticanos un poco sobre cómo manejas, nos comentabas hace un rato que no es lo mismo la presión que tú como árbitro sientes cuando participas con o arbitras que tienen corrígeme si...

**F:** sí, arbitras.

**J:** árbitras un partido, no sé de de niños ¿no? ¿cómo manejas esta presión de pitar una falta, un penal, una decisión importante en un partido importante? ¿cómo manejas toda esta presión de miles de aficionados que se te vienen encima? o sea, ¿qué sientes que el estadio te está comiendo? ¿cómo manejas esta decisión? porque incluso le decía a Gabo que es raro el partido en el que un árbitro no lo tachan como el malo de la película ¿no?

**F:** mira, hay algo que... el arbitraje nunca deja satisfecho a nadie y no solamente el arbitraje, cualquier cosa ¿no? cualquier cosa. Platicaba al otro día con por una persona y me decía que conoció de una plática, una de las personas que estuvieron detrás de de Roma la película y mucha gente dirá que Roma fue pues algo muy feo ¿no? algo que no les gustó, sin embargo Roma fue una nominación al Óscar, entonces son las dos caras de la moneda y el arbitraje siempre es igual, nunca vamos a dejar satisfecho a todos, uno va a salir contento porque ganó y diría que es uno de los mejores y el que salió y perdió dirá que somos los peores, entonces cuando tú entiendes perfectamente en dónde estás parado y qué es lo que se debe hacer, que principalmente es lo que dijo Gabriel, que es la toma de decisiones. Cuando tú estás completamente seguro de que tus decisiones son correctas, nada ni nadie te puede mover, nada ni nadie te puede mover; en el terreno de juegos es fundamental, fundamental principalmente en mi caso, yo te lo digo a título personal es el creer en ti yo siempre creo en mí ¿sí? creo en mis capacidades en mis habilidades, en todo lo que puedo hacer porque no depende de nadie más que de mí. Entonces ¿qué es lo que pasa? tendrías que ser árbitro o darte la oportunidad de meterte un ratito a la cancha como árbitro para darte cuenta cómo puedes hacer tú la diferencia, si tú te metes a la cancha pensando en que todo lo que gire a tu alrededor será lo que tome tus decisiones entonces estás perdido, pero si tú te metes a la cancha y te enfocas en lo que tienes que hacer, créeme que todo lo que pasa alrededor de ti ni siquiera lo ves, a veces no se escucha, a veces no se siente, estás tan metido en el juego, tan concentrado, tan atento, que todo lo que pueda pasar a veces no se ve, a veces no se escucha, a veces no se siente, no se percibe; sí es un parámetro a veces para poder determinar cómo es tu trabajo, eso sí es cierto porque de acuerdo a las reacciones del público es como tú puede decir: “oye pues estoy llevando un partido bien” y si todo es queja, queja y quejas es donde dices: “a cabron, algo está pasando, algo está mal, ¿qué tengo que hacer?” entonces tienes que reestructurar y decir a compañeros: “oigan, ¿qué onda? ¿qué está pasando? escucho demasiado ruido, hay algo que no está bien aquí, ¿qué estamos dejando de hacer? ¿cómo tenemos que retomar el control del juego? Entonces, es algo que se va dando, es algo que se va dando, es como todas las personas ¿no? mediante más práctica y más práctica vas generando más habilidad, vas generando más capacidad y eso te permite hacer cosas más fáciles, entonces ya después andas como pez en el agua y el caso de situaciones como esa, es la principal, es la fortaleza mental que debes de tener y lo que te menciono, el tener la certeza de que tu decisión es la correcta. Siempre les menciono a mis compañeros a la hora de la planeación, la planeación es algo que se hace previo al partido y se platica sobre equipo A, equipo B, en las estadísticas, cosas que te pueden generar o no un conflicto o cómo resolverlas, algunas indicaciones de cómo se va a trabajar en equipo y eso es la planeación ¿no? entonces yo siempre les mencionó justamente eso en en la planeación, que en los momentos de crisis no puede existir o no podemos permitir que todo se vuelva un caos, siempre debe haber alguien alguien que levante la mano y diga: “muchachos respiremos, tomemos aire nuevamente y

vamos a empezar, tenemos que recomponer, tenemos que hacer esto" tenemos que hacerlo siempre con una solución, de nada nos sirve... no puedo decir: "sabes qué onda está pasando esto" sí, pero, ¿cómo lo solucionamos? siempre siempre tenemos que tener la solución en ese sentido. Entonces si nos equivocamos, les mencionó en la cancha es: "equivóquense con tal seguridad de que convencemos a todos de que tenemos la razón", al final del día, al final del día ¿sí? los que conocemos las cosas somos nosotros, entonces: "equivócate, si el saque de banda era para lado derecho y tú dijiste para izquierdo pues va para izquierdo pero lo haces con fuerza, convencido, con tu rostro con tu fuerza, tu lenguaje corporal, y si vienen jugadores es: no iba para allá" san se acabó, ¿sí? que a veces, a veces también les he dicho: "llega el momento en que no nos conviene montarnos en nuestro macho" y decir: "sabes qué, porque tengo que convencer a todos estoy en lo correcto" ¿no? hay momentos en los que tienes que bajar la cabeza y decir: "sí señor yo me equivoqué, tiene usted razón, va para el otro lado" y entonces el árbitro gana credibilidad porque el árbitro ¿cómo se maneja dentro del terreno de juego? principalmente bajo la credibilidad, ganando respeto y convenciendo a todos entonces..

**G:** así es como en la vida ¿no? Fernando, de que poco a poco vas construyendo un prestigio y eso se gana día con día, minuto a minuto, en cada acción, en cada pensamiento, en cada conversación, en todo momento vas ganando ese prestigio y esa suma de aciertos va pesando más que los errores, porque todos los seres humanos nos equivocamos, eso es sin duda y algo que dijiste muy importante: nunca vamos a satisfacer las expectativas de nadie y eso pasa en el trabajo, en la relación de pareja, en la familia, en todos los contextos de nuestra vida y fíjate que existe una frase que utilizamos mucho a nivel terapéutico y también el coaching esto de: "yo no estoy aquí para satisfacer tus expectativas y tú tampoco estás aquí para satisfacer las mías y este es el que soy hoy" porque seguramente hoy eres mejor árbitro de lo que fuiste hace un año o hace 5 años, o hace 10 años y también mañana y la próxima temporada vas a ser todavía mejor de lo que eres hoy y eso es lo que somos también como seres humanos, siempre estamos en un proceso de mejora continua si es que nosotros lo decidimos. Ayer me decía un consultante, un director dice: "es que me equivoco mucho" pues está bien, el tema es que ahora equivocate mejor, es intentarlo porque si lo dejas de intentar pasa igual como en el beisbol pues van a ser puras bolas ¿no? y el chiste es intentarlo como le pasó a Babe Ruth ¿no? que también fue el más el más ponchado, entonces esto yo creo que es es muy importante, el darte la oportunidad de equivocarte siempre haciéndolo con honestidad y siempre dando tu mejor esfuerzo.

Te quiero proponer un pequeño ejercicio, nosotros trabajamos con una metodología que se llama "Constelaciones" y a mí me gustaría proponerte una una constelación de árbitros y tú pondrás algunos que a lo mejor yo no menciono pero yo nací en el 72 así que tengo algunos que todavía que me acuerdo como el inolvidable Antonio R Márquez que nunca supe que quería decir la "R" pero siempre Antonio R Marquez, Bonifacio Núñez, Gilberto Alcalá Edgardo Codesal, Felipe Ramos Rizo, Arturo Yamasaki, Armando Archundia que sí te toco a ti, obviamente Marco Antonio Rodríguez y el presidente de la comisión de arbitraje Arturo Brizio, ¿propondrías alguno otro más? Bueno, a lo mejor Pierluigi Colina ¿no? este que tiene una presencia así como muy muy enojón ¿a quién más pondrías en esta constelación de árbitros? Claro, incluyéndote a ti con tu lugar en la historia.

**F:** no, mira obviamente ahí te falta el coronel Mario Rubio que también fue un árbitro de época, el principal que tú mencionas es R Márquez y de la gente que a mí me tocó ver arbitrar pues fue obviamente a Marco Rodríguez, a Felipe Ramos Rizo, licenciado Arturo Brizio Carter, a su hermano Eduardo Brizio, a Hugo León Guajardo, JJ Robles, estaba también León Padró Borja, estaba Manuel Glower, de los árbitros que ya me tocó convivir con ellos y tuve el privilegio de trabajar también con ellos fue Francisco Chacón, el mismo Roberto García Orozco, a Paul Delgadillo, Pepe Abraham Molina, el famoso Germán Arredondo que también fue un árbitro de época ¿sí? tuvieron sus grandes momentos. Y mira tú mencionas a Pierluigi Colina, y Pierluigi es un personaje único, personaje único porque fue un árbitro que que revolucionó en el mundo el fútbol y del arbitraje, porque fue un árbitro que se atrevió, se arriesgó, el árbitro siempre tenía que mantener la imagen de una persona recta, seria, de no poder decirle, siquiera levantarle la voz a un jugador por así decirlo, tenías que mantenerte estoico y él fue de los primeros que llegó a gritarle un jugador, el primero en empujar un jugador y le funciono ¿por qué? Porque fueron sus recursos que tuvo que utilizar, las herramientas que tuvo en ese momento para poner una solución a un conflicto que él estaba teniendo, entonces él es un fuera de serie, él es un fuera de serie. A mí la gente me ha preguntado: “oye, ¿tú tienes un un ídolo a quien seguir en el arbitraje? y yo te digo que no, ¿por qué? principalmente porque nunca quise ser árbitro y la segunda porque siempre he sido de la idea de que uno tiene que ser uno mismo y entonces lo que ven en cancha como árbitro, es un árbitro único en este caso “Fernando Hernández” es un árbitro único y no imita a nadie, no sigue a nadie, esos movimientos todo lo demás es único, no sigo a nadie, me sigo a mí mismo porque principalmente como les mencionaba confío plenamente en mí. Lo que mencionaba hace ratito Gabriel, fundamental ¿no? en la cuestión de los errores, como seres humanos y como personas porque principalmente antes de ser árbitros, antes de ser coaching, couches perdón, antes de ser cualquier otra cosa, somos árbitros, digo perdón, somos personas, entonces detrás de cada título por así decirlo, detrás de cada licenciado, de cada doctor, de cada lo que tú me digas, existe una persona, entonces hay momentos en los que hay quienes sí separan esa parte y se convierte totalmente en otra cosa, pero tenemos quienes normalmente nos mantenemos principalmente con la otra parte ¿no? que es primeramente persona y después el papel que desempeñamos.

Y otro tema que dijiste ahí, ¿no? la parte importante que es la decisión, decías en el caso de Babe Ruth, intentó, intentó intentó, strike, strike, strike, pero no dejó de intentarlo, entonces hay una frase que dice por ahí: “no decidas equivocarte, equivocate decidiendo” que es lo más importante, toma la decisión...

**G:** qué buena, qué buena frase.

**F:** toma la decisión, al final del día si te equivocas o no, va a ser aprendizaje. Hay algo que a mí me quedó muy grabado de una persona que me dio curso, y decía que la experiencia no es decir: “a mí me pasó, a mí me sucedió” la experiencia de saber aprendido de lo vivido, eso eso es fundamental.

**J:** Fernando, has participado como como árbitro en torneos internacionales como la Nations League y el campeonato sub 20 de la CONCACAF, ¿cómo se prepara físicamente un árbitro profesional hoy en día? sin mentirte, yo he visto luego a árbitros que tienen hasta mejor físico que algunos jugadores ¿cuál es tu preparación física para aguantar un partido del calibre de una final del fútbol mexicano?

**F:** mira yo te puedo mencionar, que el arbitraje vino a ser modificado en el tema de la preparación física a partir del año 2004-2005 por ahí más o menos, porque antes se entrenaba nada más uno o dos días a la semana y para esas fechas ya se empieza a entrenar todos los días, ya el entrenamiento ya consiste en entrenar de lunes a viernes y estar preparado para el fin de semana para los partidos. A mí no me tocó esa parte, me tocó ya cuando era de lunes a viernes entrenar parejo ¿no? y ¿en qué consiste? vino también una... un pequeño ajuste porque antes podíamos entrenar hasta hora y media, casi dos horas como si tuviéramos un entrenamiento de tipo jugador de fútbol pero cuando se fue especializando más este tema del arbitraje o del rendimiento del árbitro en el fútbol, hubo gente que se dedicó justamente a planificar los bloques de trabajo y poder dosificar las cargas de acuerdo a lo que requiere el árbitro. Entonces hoy en día yo ¿qué te digo?, nosotros tenemos un entrenamiento de una hora, una hora diaria, aquí, te estoy hablando de México y esto que consiste de acuerdo al programa que tenga el poder físico, el lunes es normalmente trabajo de fuerza, se mete uno al gimnasio y al final 15 minutos haces un poquito de carrera solamente para para la cuestión de estirar ¿no?; y el día martes, es el día de un poco más de peso para nosotros, que viene siendo la resistencia, que son trabajos de 10 a 15 minutos de calentamiento, diferentes actividades y después hay un bloque de 35 a 40 minutos de resistencia que es normalmente correr, correr, correr, correr, correr, correr continuamente 45 minutos con diferentes cambios de ritmo, tal vez cambio dirección o cosas así, ¿no?; y el miércoles y jueves se va cambiando la la carga, igual puede ser una fuerza rápida que consiste a lo mejor en hacer un poquito de fuerza y luego salir corriendo, o jala un trineo, o unas vigas, algo que tiene un poquito de fuerza; y el jueves y viernes ya normalmente es carrera para para llegar a punto a los partidos. Y tenemos quienes en la CONCACAF nos detenemos, nos designan un programa por medio de "Sport Science" en el cual está dosificado el trabajo de cada uno de nosotros a la semana y hay que cumplirlo y es mas o menos lo mismo trabajo de fuerza, de resistencia, de explosividad, de resistencia y siempre marcamos y tenemos que llenar unos cuestionarios de acuerdo a la actividad que realizamos. Entonces ¿cómo nos preparamos? pues tenemos quienes nos preparamos de una manera, hay quienes de otra manera, principalmente ¿qué es? el que aunque estés cansado, tienes que estenar, estés fatigado tienes que entrenar, te tienes que levantar; no te voy a decir que no me he quedado dormido porque sí me quedo dormido la verdad, llega un momento en que el cuerpo ya no te da y dices: "no, hoy no, hoy no" a lo mejor no entrenas en ese momento, pero entrenas en la tarde ya un poquito más relajado, pero trato de cumplir casi siempre al 100% de mis entrenamientos. La alimentación es algo que es fundamental en nosotros, ¿por qué? porque tenemos que cumplir con un régimen de peso y de grasa corporal, entonces es mantenerse bien, bajo esos lineamientos y el descanso, tratamos descansar lo más que se pueda, lo mejor que se pueda pero la base es eso ¿no? Entrenamiento, alimentación y el descanso, así es como normalmente se prepara un árbitro. Aquí en la Ciudad de México hay un grupo de árbitros en Toluca que es donde está la Federación, hay otro grupo de árbitros, yo aquí que vivo en Morelos convivo con otro grupo de árbitros, pero ya con el programa de CONCACAF ya entreno yo aparte, y ahorita que tú lo mencionas, para los partidos pues prácticamente los entrenamientos son los mismos, de lunes a viernes y a lo mejor bajas un poquito la carga ya previo al juego; tenemos quienes también a veces necesitamos ir a al fisio, a que no hay una pequeña descarga, un masaje, otro tipo de situaciones que nos permiten estar óptimos para el día del partido ¿no? y

sobre todo pues mentalizados, así como se prepara un árbitro mentalizado en lo que viene y en la preparación del partido. Todos los partidos tienen su grado de dificultad, todos tienen algo importante, entonces se manejan de manera distinta.

**J:** Fernando, fuiste testigo de una fecha que pasará a la historia, fuiste el árbitro encargado de pitar el silbatazo final que hizo a Cruz Azul campeón después de 23 años de sequía, acá entre nos, ¿creías que sí lo iban a lograr? O le apostadas más a a una CruzAzuleada?

**F:** no, mira, en el fútbol nada está escrito, si algo he aprendido aquí es que cualquier cosa puede pasar, el fútbol es sorprendente, es sorprendente cuando todo pinta que puede golear un equipo, termina siendo goleado ¿no? termina perdiendo a lo mejor por el equipo que todo el mundo da por perdido y el más claro ejemplo fue lo que pasó el torneo pasado entre Pumas y Cruz Azul, que todo mundo dijo: “ya un 4-0 nadie se levanta” y pasó, pasó, entonces como aficionado al fútbol yo te puedo decir que todo estaba escrito, todo estaba escrito para que Cruz Azul se coronara ¿sí? o sea, todo estaba escrito; que podía serlo o que no podía serlo, pues eso ya estaba en el aire ¿no? era decisión de ellos, yo lo que sí te puedo decir es que en cancha yo percibí una actitud de de querer cambiar el rumbo y el destino de ellos, de cada uno de ellos, una mentalidad diferente, una actitud muy diferente, y eso es lo que al final a ellos les generó obtener su campeonato ¿no? que tanto habían anhelado, pero de eso a yo decirte: “pues yo veía que todo estaba puesto para la mesa para aquellos que gane y se devoran el banquete” pues no, no sea eso no lo veo yo, yo veo otro tipo de situaciones y así como estamos hablando honestamente, pues yo estaba muy metido en generar un excelente resultado, para donde... para lo que yo trabajo que es el arbitraje y en este caso es el arbitraje nacional, porque cuando nos metemos la cancha no es: “soy yo” ¿no? o sea, somos todos porque normalmente que dicen: “los” no dicen: “él” a veces dicen: “no pues el pinche arbitro” sí pues sí, sí, pero dentro de todo esto, estamos todos porque al final de cuenta nos generalizan y entonces aquí era muy importante que yo diera un excelente resultado, para todos aquellos que formamos parte del arbitraje nacional.

**G:** una pregunta para el aficionado Fernando, más allá de tu rol de árbitro, como aficionado, ¿a quién le vas?

**F:** hígole a ¿quién le voy? pues al equipo que nunca pierde, el equipo que nunca pierde pase lo que pase...

**J:** ¿Le vas a las poderosísimas Águilas?

**F:** pase lo que pase, nunca nunca nunca perdemos. Y eso somos los árbitros, pase lo que pase vas a ganar experiencia, conocimiento, credibilidad, vas a ir construyendo, entonces todo eso para nosotros es ganar, para nosotros cada oportunidad dentro del terreno de juegos es ganar, es ganar el poder estar en primera fila sin pagar un boleto, nosotros somos los únicos beneficiados de poder estar detrás de los jugadores que tira la meta y ves cómo el balón va haciendo a la comba para entrar a la portería, o sea ese tipo de satisfacciones para nosotros ya es ganancia, eso es lo que a nosotros nos genera mucha satisfacción, el poder voltear hacia las tribunas y darte cuenta del lugar tan importante que tienes dentro del terreno de juego, porque podrá pasar cualquier cosa, pero si no hay un árbitro no se juega un partido. Tan importantes somos, y no es creernos, es más simplemente es que que el árbitro es una figura importante dentro del fútbol, entonces para mí es gratificante, es de mucha satisfacción poder ser parte de el gremio arbitral nacional aquí en México y también tener la oportunidad de hacerlo a nivel internacional, entonces por eso te digo que nunca nunca perdemos, siempre

ganamos, ganamos algo; tienen por ahí algunas una mentada de madre pero también, también porque al final del día es la única profesión en la que aún muerta mi madre, la mantiene más viva que nunca, así veo las cosas.

**G:** millones de veces al día. Eso es una muy linda filosofía.

Fernando ya para ir entrando en la recta final de la entrevista, la cual agradecemos mucho, ¿qué pregunta nadie te ha hecho? y muy especial en este día, ¿qué pregunta no te hemos hecho que si te la hiciéramos hoy fuera una entrevista redonda y sería un éxito esta charla?

**F:** hídrole, ¿qué sería? Mmm...

**J:** algo que te gustaría que te pregunten y que no has tenido la suerte de contestar esa pregunta.

**G:** “por qué nunca me han preguntado esto si es algo que a mí me gustaría comunicarle a la gente”.

**F:** no, bueno si me hablas de ese de ese tipo de cosas, es el: ¿qué opinaría yo? ¿qué pensaría yo? o ¿qué haría yo si yo trabajara en algún medio de comunicación? como árbitro.

**G:** ok, ¿qué harías y qué opinarías tú como árbitro si trabajaras...?

**F:** principalmente educaría al aficionado. ¿cómo lo educaría? con las reglas de juego, especificándole bien cómo son las cosas, por qué se toma una decisión o por qué no se toma una decisión, el más claro ejemplo es la parte que se sio ahorita con la con la final ¿no? o sea todo mundo dice que es fuera de juego, pero ¿cuánta gente de la que dice: “ay, es fuera de juego” leyó la regla para decir: “bueno, en esto está argumentado, sustentado ¿por qué no se sanciona por el juego?” y la regla es clara, la regla te dice: “el hecho de estar en una posición de fuera de juego, no implica una infracción en sí” ¿por qué? porque cualquier jugador tiene derecho a estar en el terreno de juego y ocupar un espacio, ¿sí? Entonces, el jugador que estaba adelantado, sí está ahí, está ahí pero nunca tiene un impacto sobre el jugador defensor que intenta jugar el balón...

**G:** claro, no influyó en el resultado del gol.

**F:** exactamente por eso, porque jamás tiene... el hecho de que estuviera ahí, no interfiere en nada, en nada, en nada, y eso lo dice la regla clara y como es en muchas cosas, empezando por los puros términos, toda la gente que dice que: “el área chica” y “el área grande” cuando se dice “área de meta” “área penal” ¿no? o todo mundo dice: “la ley de la ventaja” cuando en ninguna parte de la regla dice: “ley de la ventaja” dice: “ventaja” nada más y ¿cómo lo mencionan? Como: “cláusula de la ventaja” y como esos hay infinidad de cosas, entonces...

**G:** y a los comentaristas entonces también hay que educarlos para que estudien y revisen a fondo también el reglamento ¿no?

**F:** mira, yo sé perfectamente porque ya tengo rato tiene este negocio por así decirlo y sé que es parte del show, eso lo acepto perfectamente y entonces cuando de repente dicen: “ay que Fernando que se equivocó” bien, porque es parte de su trabajo, es parte del trabajo a veces de repente generar polémica, generar controversia y demás pero lo que no se vale es que a veces mucho de lo que digan o de lo que hagan, ellos no se ponen a pensar que detrás de cada árbitro ¿sí? existe la persona que es padre, que es hijo, que es hermano y todos los que pueden derivar ello, no saben qué impacto tiene sobre la gente, de verdad tiene un impacto muy negativo es preocupante, es preocupante que repente a mí me hablen y me digan “oye, ¿estás bien?” “no pues por

qué?” “no, es que dijeron esto y esto y esto y esto de ti” “sí, tú no te preocupes si a mí no me perjudica no dejes que te perjudique a ti”.

**G:** ¿cómo gestionas eso? porque eso es muy importante como mensaje para los alumnos de la Universidad Sistémica y la gente que nos está viendo también ahí en Cancha de Campeones, porque siempre va a haber comentarios, siempre va a ver envidia, siempre va a haber esta sizaña, y esta grilla en contra y más cuando vas teniendo éxito, ¿cómo logras gestionar emocionalmente todo eso, Fernando?

**F:** principalmente toma las cosas de quien vengan, ¿no? o esa es la parte número, la segunda es que antes de que te molestes por lo que digan, yo creo que a veces... ¿qué te dicen todo el mundo? “hay que ser empáticos” sí, pues empático en ese momento también, con la gente es que te tira también sé empático, a ver, ¿qué hay detrás de esa persona para que hable de esa manera de mí? ¿qué es lo que a él impide disfrutar conmigo de este éxito, de este logro, este avance de haber llegado este objetivo? Y veces resulta mejor cuando lo haces partícipe a él, a veces cuando las personas te tiran es cuando más les tienes que decir: “a ver ven, te invito vamos a compartir esto juntos” y es entonces cuando tú te muestras como la persona que eres. Entonces como te menciono, es algo que vas aprendiendo a lo largo de la carrera arbitral, siempre va a ser señalado porque cuando tú entiendes perfectamente y eso aplica para la vida también, que aciertos y error, son partes fundamentales, que cuando tú aciertas nada te garantiza que te va a ir bien en la siguiente, pero que si viene un error o te equivocas viene una consecuencia, lo único que tienes que hacer, es ser responsable y honesto contigo mismo para aceptar esa consecuencia, entonces cuando tú estás convencido que lo que hiciste fue lo correcto y que eso te generó un resultado positivo, que digan misa como dicen por ahí ¿no? al final del día, la satisfacción siempre será para ti y lo que decías hace rato, Gabriel: “convéncete a ti no trates de convencer a los demás de que las cosas” satisfacción, pues solamente que sea para ti porque llenar el ojo a todos pues no, no es fácil, ¿no? puedes arbitrarte, un partido de 10 como dirían por ahí o denota pero siempre habrá alguien que diga: “no pero aquí corrió mal” o “aquí vio feo el jugador” y ya por eso ya tu arbitraje fue pésimo o “señaló mal para aquel lado” o sea tipo de situaciones llegan a suceder, hay que tomar con calma las críticas, también ser autocrítico principalmente, yo ese es... me decía mi mujer: “no te castigues” ¿no? con una situación que se dio, lo mismo dijo mi compañero: “no seas tan estricto contigo” pero a veces es difícil el saber que todo lo que estaba en tus manos y que todo lo que lo que pasó o lo que generó en ese momento de manera negativa, también estuvo en tus manos para cambiarlo, ya no se hizo, entonces ese momento es el que nos cuesta para poder seguir adelante o disfrutar el momento ¿no? o sea yo te soy muy honesto, yo hasta el minuto 90 y tantos estaba muy feliz, muy contento, estaba satisfecho con lo que había logrado y cuándo se da el pequeño conato de bronca ahí entre los jugadores todo cambió, todo desapareció, todo el encanto se fue, y no lo pude vivir y disfrutar como lo estaba pensando

**G:** ese negrito en el arroz ¿no? fue algo que salió también de tus manos y unas circunstancias que también el jugador de Santos no supo manejar y le ganó, le ganó el impulso y no tuvo esta autogestión de sus emociones porque también perdió tiempo y perdió minutos valiosos para poder intentar el gol del empate

**F:** mejor, mejor no lo pudiste haber dicho, sí, o sea hay cosas que no están en nuestras manos, las que están en nuestras manos hay que hacerla nosotros y en el caso de de lo que tu mencionas, pues sí o sea pasó el tiempo y lo fui asimilando, dije: “bueno sí eso es

algo que no estuvo en mis manos, esto no me correspondía a mí y ya lo que se derivó pues es responsabilidad de de personas ajenas a mí”, entonces ya cuando entendí eso que fue ya casi a la 1:30 de la mañana que es cuando estoy arribando aquí a Cuernavaca, fue cuando dije: “bueno sí, ya vamos a dejarlo pasar, vamos a dejarlo pasar y disfrutemos un poco de de esto que ya se vivió” ¿no? porque ese día domingo 30 de mayo de 2021 yo estaba arbitando la final de vuelta del campeonato nacional pero ya el día 31 yo voy a volver a ser el mismo de antes...

**G:** y vuelves a empezar ¿no?

**F:** tienes que volver a empezar ¿sí? tienes que volver a empezar porque, aquí es una es una competencia continua, mejora continua y así como yo hay muchos detrás también trabajando para ganarse un lugar en el arbitraje nacional y siempre tener las oportunidades que todo mundo buscamos ¿no? esta profesión es un espacio muy cerrado, muy cerrado y es muy competido y la verdad es que si tantito se relaja uno, el que viene con todo pues te rebasa ¿no? y a veces es difícil volver a retomar o sobre todo alcanzar esa posición en la que estabas, entonces ahorita ya no hay tiempo para los festejos, ya es volver enfocarnos a lo que viene y como decimos en la cancha o sea “esta decisión ya pasó”, la que sigue es la importante, la que sigue es importante porque así es así es como tenemos que mantenernos.

**G:** Fíjate que yo rescato de esto que acabas de decir de que no podemos vivir de glorias pasadas, aún así hay un momento para disfrutar, hay un momento para cosechar y para darle la vuelta a la página y lo que sigue y es así como nos vamos haciendo del prestigio y sobre lo que decías de esto de ser autocrítico, quizá es una de de los grandes valores que podemos tener las personas que estamos buscando cada vez ser mejores personas, el ser autocríticos pero un valor exagerado puede llegar a convertirse en una deficiencia de carácter ¿no? cuando eres tan autocrítico que llegas a ser inflexible contigo mismo y que llegas a lastimarte incluso, esto ya no te ayuda, digamos el exceso de autocrítica te lleva pues a una negatividad y cada vez se hunde más, entonces conservando esta autocrítica quizá un valor que nos puede ayudar a flexibilizarlo es precisamente esta capacidad de ser tolerantes y empáticos con nosotros mismos ¿no? el ser flexibles por ejemplo, podría ser: “soy flexiblemente autocrítico o autocríticamente flexible” en donde me doy la oportunidad de hacer una revisión, hacer un corte de caja, ver cuáles son mis áreas de oportunidad, darme ese chance y entonces ponerme a trabajar en esas áreas de oportunidad sin que esto me lastime ¿no?

**F:** claro, claro y como bien lo decías hace ratito, ¿no? podemos ser muy exigentes con nosotros mismos pero también llega un momento en el que tenemos que decir: “bueno soy ser humano también me puedo equivocar se vale que lo haga” entonces no va a pasar nada, seguiré trabajando para mejorar en este caso en lo que yo tenga como objetivo, para para construir algo diferente, porque como bien lo decías: ayer fui uno, hoy soy diferente porque aprendí de los que los que viví ¿no? entonces es parte fundamental, el ser autocrítico. En mi caso desde menciono, soy tan tan tan confiado en mis capacidades, que a veces cuando me equivoco que de repente es cuando yo digo: “puta, wey, eres un pendejo” ¿no? porque era algo... a veces es algo tan sencillo que pude haber hecho y no lo hice, entonces a veces también caer en exceso pues de repente nos hace perder un poquito de todo aquello que ya sabemos, que ya tenemos. Y bueno aquí en el arbitraje yo sí te puedo decir que cuando salimos al terreno de juego, siempre tratamos de salir tratando de dar todo lo mejor que tenemos, no hay árbitro que salga con la idea de equivocarse eso sí, para nada tratamos de hacerlo mejor pero hay

circunstancias ajenas a nosotros que se pueden presentar; yo creo que una de las de las cosas que pueden suceder es que también en el camino uno pierda la confianza, la seguridad en sí mismo o a veces hasta entre mismos compañeros llega a suceder, y si lo trasladamos a la vida diaria pues es igual ¿no? es igual, a veces uno se siente... no, yo no utilizo la palabra como "deprimido" porque para mí es... yo creo que ya es un exceso la depresión, pero sí de repente estar triste, cabizbajo porque no se consiguió algo, a veces sí nos castigamos tanto en ese tema, es cuando estamos perdiendo más todavía porque en vez de utilizar ese momento para decir como un impulso, como una motivación para decir: "no, me voy a demostrar mismo que tengo la capacidad de hacer las cosas, que puedo salir adelante, que esto que pasó siempre hay un error, el fue un resbalón y tomarlo como impulso" pues te digo, si lo dejamos así estamos perdiendo más de lo que podemos ganar, entonces trato siempre de las partes negativas construir algo positivo en ese sentido y aceptarlo ¿no? Aceptarlo en el tema del arbitraje, que lo que está en mis manos lo haré lo que no esté, lo voy a dejar a quien corresponda.

Hace mucho tiempo dejé de ser creyente, por la situación que yo viví con con mi mamá, mi mamá falleció de cáncer y yo dejé de ser creyente y lo único que me quedó fue creer en mí, creer en mí y en mis capacidades y habilidades, todo lo que yo puedo hacer y me he demostrado a mí mismo que si yo no tomo la decisión de hacer las cosas por mí mismo, nadie las va hacer, entonces es como me dirijo hoy en día en la vida, creyendo firmemente en mí, confiando plenamente en mí y sobre todo en impulsar y motivarme a poder hacer cosas diferentes y nuevas; dicen por ahí: que el que no arriesga no gana entonces, yo sí soy de las personas que de repente se arriesga demasiado y ahora sí que como dicen también por ahí: cuando me toca me toca y cuando no, ni aunque me ponga, entonces he trabajado para estar en dónde estoy y me he arriesgado estar en donde estoy y lo he conseguido pero siempre ha sido buscando desde la más correcta, sin quitarle su lugar a nadie, como dicen por ahí: sin apagar la luz de los demás, con luz propia y trabajando, trabajando, que para mí esa es la base del éxito ¿no? el trabajo constante, la determinación, la convicción de querer conseguir las cosas y obviamente hay cosas que mejorar partiendo de la autocrítica y hay cosas que mejorar, hay cosas en las que hay que enfocarse más y no nos queda de otra más que levantar la cara, seguir adelante, trabajar y levantar la mano para ganar oportunidades ¿no? Porque al final de día así es, de acuerdo a la condición de cada uno de nosotros, el lugar en el que estamos, al menos en mi caso siempre estoy levantando la mano para decir: "aquí estoy, aquí estoy" si me voltean a ver, bueno, si no, sigo estando preparado para tomar esa oportunidad ¿no? y cuando la tenga hay que demostrarlo, ¿sí? porque de nada sirve decir: "yo la quiero yo la quiero" si el día que te la ponen, no la agarras, ¿no?

**G:** claro, y agarrarla. Bueno pues ya por último una y una Jorge, vas.

**J:** Fernando, mi última pregunta, recibiste hace no mucho el gafete FIFA junto con árbitros como Fernando Guerreros, César Ramos ¿vas en busca de una participación en el Mundial de Qatar 2022? ¿cuál es tu máxima meta deportivamente hablando?

**F:** mira partiendo de lo que les acabo de mencionar, de que lo que está en mis manos, lo haré, lo haré, lo que está en mis manos es levantar la mano para una oportunidad, en mí no está decidir si voy o no a un mundial ¿sí? más que con mi trabajo, esa ya es una decisión de la gente que nos dirige, esto tiene mucho que ver también con la cuestión de la trayectoria, de la experiencia. César Ramos ya es un árbitro mundialista, Fernando Guerrero está en la pelea, es un hábito mundialista, yo no te digo que yo no quiero estar en la pelea ¿sí? Sin embargo aterrizándonos en las realidades, a mí nada mas me queda

trabajar, levantar la mano y si alguno de los dos por alguna situación no está, yo sí quiero estar preparado, yo sí me estoy preparando para estar ahí y si no llega también, totalmente tranquilo con esa situación, seguiré trabajando porque viene el siguiente mundial del 2026 que es México-Estados Unidos-Canadá y bueno, he aprendido y en base a experiencias ajenas, y lo digo por un compañero que estuvo aquí algunos hace algunos años buscando ir a un mundial y ver la frustración que tuvo por no poder ir a un mundial, teniendo la calidad, tenido la capacidad, teniendo todo para poder ir y no lo pudo hacer, fue donde yo me di cuenta que yo no podía caer en lo mismo, entonces estoy convencido de que puedo hacerlo, puedo hacerlo, estoy convencido de que hay oportunidades, las hay, y nada más estar preparado ¿no? si me dan la oportunidad ahí estaré y trataré de dar lo mejor de mí como siempre, para ganarme un lugar en la historia del arbitraje nacional e internacional, pero en este en este momento soy realista y sé que hay gente que me que me lleva ventaja, entonces simplemente estoy tranquilo trabajando y generando esa oportunidad si es que se da, si no se da también estamos muy tranquilos y seguiremos trabajando en lo que nos corresponda ¿no? que es aquí a nivel nacional y lo poco que se pueda a nivel internacional con el área de CONCACAF.

**G:** así es, bueno, Fernando pues antes de cerrar la última pregunta. Sin duda esta entrevista se queda guardada en el ciberespacio, se queda para siempre en esta máquina del tiempo que es el internet y sin duda volverás a ver y tus hijos lo volverán a ver esta entrevista, ¿cuál sería una palabra, una frase, un mensaje para esa versión futura de Fernando Hernández, esa versión futura de ti a los 55, 60, 70 años, algo que le quieras decir y que se va a quedar aquí grabado en el ciberespacio a esa versión futura de Fernando?

**F:** mira, la carrera del árbitro se acaba los 45 años ¿no? estoy prácticamente a 7 años de hacerlo, tengo 30 y... voy a cumplir 38 y yo me veo fuera del arbitraje, la verdad sí lo digo, me veo fuera del arbitraje porque es una carrera que nos genera mucha satisfacción en muy pocos tiempos, ¿sí? Si trazáramos una línea del arbitraje, la satisfacción es así en comparación de todo esto que está acá, que puede ser sacrificio, lesiones, esfuerzo, dedicación, empeño, dejar a la familia, muchas cosas, muchas cosas no lo cambio eh, no lo cambio eso sí que quede muy claro, me encanta estar en dónde estoy, entonces cuando yo me retire, yo quiero estar fuera del arbitraje, eso digo hoy, si me dicen: "Fernando, vete al VAR" me encanta estar en el VAR, me llena mucho estar ahí en el VAR, pero sí tengo la idea de de construir algo para mi retiro, estar tranquilo, tengo familia en La Paz Baja California Sur, me encanta estar allá y entonces yo digo siempre que me voy a retirar y me voy a tirar ahí a un lado de la playa y ahí voy a estar el resto de mi vida ¿no? pero algo que nunca voy a dejar de decirme es: "que sigue siendo yo" ¿sí? "Fernando sigue siendo tú, no cambies, sigue siendo tú porque lo que te ha traído aquí es por ser como eres" principalmente es eso, entonces con la misma esencia, obviamente vamos modificando, vamos aprendiendo, vamos creciendo como personas, como bien lo decías y sobre todo, que la parte que a mí me caracteriza es la parte de no desistir y créeme que no he desistido en ningún momento de en cualquier momento de las circunstancias que han que han pasado en mi vida de una u otra forma, yo me preparé para para para cuando mi mamá falleció y mi mamá fallece en en junio del año 2010 y hasta diciembre de ese año escondido puedo llorar y desahogarme, porque yo estaba preparado para ese momento, entonces situaciones como esas se van trabajando ¿no? entonces yo he trabajado y he construido el lugar en el que estoy, no no de un año a hacia atrás, no, llevo casi 14 años de carrera profesional y 20 años en el

arbitraje ¿no? Entonces, pero siempre trabajamos toda una vida y desde que somos niños hasta hasta la fecha trabajamos constantemente para hacer lo que somos el día de hoy, y eso principalmente es lo que yo me diría ¿no? “gracias por ser tú, por mantenerte y por por siempre ser esa persona con metas, con objetivos”, a lo mejor de repente me dice mi mujer: “no, es que estás muy metido en otras cosas” soy muy visionario, y pero pues también disfruto de los momentos, a lo mejor siempre soy una persona muy efusiva, mi mujer y mi familia hubieran preferido verme saltar y gritar alegría cuando recibí la designación de la final y no, yo ya estaba preparado y mentalizado para ello, entonces el ser yo y el ser Fernando Hernández el árbitro es algo que me llena mucho de orgullo y eso sería ¿no? gracias por ser tú Fernando.

**G:** muy bien, oye pues hermosas palabras y sin duda esas versiones futuras de ti van a estar con una sonrisa de que te respetas a ti mismo y sin duda ha sido para nosotros una alegría y un placer el conocerte, el tener esta oportunidad de tener esta charla aquí entre nos, sincera más allá de una entrevista periodística pues es una charla que pues a todos nos llene en el en el espíritu y sin duda, Fernando eres un ejemplo de resiliencia, de recursos, de liderazgo inspiracional y si esta entrevista le deja algo a una persona que estaba a punto de tomar una mala decisión en su vida o alguien que está en alguna adicción o algo y si esto ayuda a una persona, ya con eso nos damos por bien servidos. Agradecemos muchísimo tu generosidad y esperamos que esta sea la primera de muchas charlas y con el deseo también de conocerte personalmente.

**F:** claro que sí Gabriel, porque igualmente es un gusto, a toda la audiencia. Obviamente hacemos las cosas porque sabemos que esto puede funcionar para alguien más y como bien lo mencionas ¿no? o sea puede haber alguien que esté tomando una decisión, a lo mejor también haber hecho esto es una mala decisión, pero se vale arriesgarse, hay que arriesgarnos, hay que hacerlo, hay que jugársela pero también teniendo en cuenta que si nos equivocamos, tenemos que tener la fortaleza para seguir adelante, entonces hagámoslo de esa forma ¿no? Y totalmente encantado de estar con ustedes, nuevamente en cualquier momento que se requiera aquí andamos, Jorge un gusto nuevamente.

**G:** muchas gracias.

**J:** muchas gracias por la entrevista Fernando y Gabo un gusto y un honor compartir micrófono y cámara con ustedes, esperando las buenas reacciones de la gente y deseándote todo el éxito y todo lo mejor en en tu carrera como árbitro profesional y en tu vida personal. Un abrazo grande a los dos y muchas gracias.

**F:** igualmente, muchas gracias.

**G:** gracias, qué estén muy bien, hasta luego.

*Todos los derechos reservados. Queda prohibida su reproducción total o parcial sin autorización por escrito.*