

胞身上汲取能量。“我每打出一拳，既是为拳迷，也是为我自己。”

第一回合，乌马尔展现达吉斯坦选手标志性的下潜抱摔，数次将宋亚东拖入地面战。镜头捕捉到一个耐人寻味的细节：被压制的宋亚东，脸上带着笑意。很多观众疑惑，为何身处劣势他还能笑出来。宋亚东说，这不是故作轻松，是心理训练带来的改变。

备战阶段，每天反复预演比赛全部可能性，当真的在赛场上发生，内心便不会慌乱失控，头脑依旧保持冷静清醒。

第二回合，乌马尔再次启动熟悉的下潜抱摔，身体重心下沉的瞬间，宋亚东抓住这个反复打磨过无数次的时机，一记右勾拳精准命中。比赛戛然而止。拳击教练鲁迪赛前就做出预言，这一战会以上勾拳完成终结。这一拳，不是灵光一闪的运气，而是团队反复拆解对手录像制定应对方案，宋亚东无数次模拟训练形成的肌肉记忆。

赛后，有一部分声音将这场胜利归为“幸运一拳”。“客观来说乌马尔确实很强，所有人看好他不是没有道理。我只能说，那天晚上，我是表现更好的那一个。就算再打一遍，结局未必会复刻。每个人都有状态起伏，但是这一拳，是我们针对性备战的成果，如果换做直拳，就打不出这样的终结效果。”

KO 完成，宋亚东跳上笼网嘶吼

宣泄情绪，随即翻下擂台。演员黄景瑜冲上来紧紧抱住他，这个拥抱的镜头，被网友评价“比精修图更加动人”。演员宋威龙提前内搭了应援T恤，等到拥抱时刻才展露出来，二人早年拥有共同习武经历，彼此惺惺相惜。“笼子已经装不下我的兴奋，就想跑出去和朋友一起庆祝。”宋亚东回忆，那一刻狂喜倾泻而出。

庆功宴上，歌手王嘉尔到场，曾经身为运动员的他深深懂得这条路的艰辛，见面第一句话便是为宋亚东骄傲。赛后发布会上，宋亚东喊出那句振聋发聩的“还有谁”，掷地有声许下承诺：“我保证，我会成为中国第一个男子 UFC 世界冠军。”

时隔一个多月再回望这句宣言，宋亚东的情绪褪去狂热，多了一份理性的笃定。

“这句话是当时情绪的自然流露，但我清楚，冠军不是喊出来的，是一拳一拳打出来的。”

2017 年 UFC 首次落地中国内地，宋亚东临时替补出战上海站。赛前官方问他出场音乐，他喜欢《西游记》，也喜欢孙悟空破石而出的那股劲，便定下

