

MOVING BEYOND THE 5Cs

Zaobao, 16 July 2024



that's me!

I sat down with Zaobao journalist Ying Zhen and shared my perspectives on life and how I started The Urbanist Singapore...

何荣铭 追求大小刚好的生活

如何拥有快乐和健康的身心？对于几个月前刚迎接40岁生日的何荣铭来说，升迁与加薪都不是答案。

引导他找到答案的，是在他约一年半前阅读的文章“*What is a right-sized life?*”（什么是“大小刚刚好”的生活？）。美国作家Lisa Olivera在文章中指出，在社会环境的影响下，我们相信“*more is better*”（越多越好），所以无法满足于已经拥有的或做到的，一直追求“更大、更好、更多、更高、更强、更快”。这似乎是社会上不成文的规定：我们无时无刻不在要求自己得到更多。但别人认为我们应该追求的，未必是我们真正想拥有的。

何荣铭思考作者提出的问题：如果不必证明什么，我会把时间和精力放在哪里？撇开别人的想法，我怎么定义成功？他认真考虑自己想成为什么样的人，写下答案后发现其中包括懂得感恩及回馈社会，名单上完全没有提及薪酬。

Pursuing a right-sized life

We tend to believe “more is better”, so we keep chasing “bigger, better, more, higher...”

But what would we actually do, if we didn't need to prove ourselves?

Yong

Changing mindsets

2023年12月，他以The Urbanist Singapore为名，开始在TikTok和IG (@urbanist.singapore) 分享我国城市发展的历史知识。制作内容费时费力，但从中学时期就对文化历史感兴趣的他乐在其中。

何荣铭在分析自身财务状况后，决定辞去在新加坡管理大学的工作。他说：“大学毕业后马不停蹄地工作了15年，我想是时候离开职场，重新整顿自己。”

在本地，大部分人对物质享受都有一定的依恋，可能会害怕收入不稳定，不敢踏出下一步。但那一步可能带来非常大的收获，让我们发掘自己的潜能。

——何荣铭

Most people are used to material wealth, so we may not take risks to step out of our comfort zones.

But taking that step may prove rewarding, as we discover our untapped potential.

Yong

Determining a new work-life balance

何荣铭说：“生活方式和形态很多，朝九晚五的工作只是其一，我相信我们可以改变工作和休闲之间的划分方式，现在我有时间探索各种可能。”

惊喜的是，何荣铭的视频大获好评，亚洲文明博物馆还邀他参与今年5月的文化遗产节，让他负责市政区的导览。之后，

其他组织如学校和酒店也找他合作。随遇而安的他，原本不期待把爱好当成谋生工具，他说这些机会都是锦上添花。

There are many ways to approach lifestyle: a 9-to-5 job is one of them.

I believe we can (realistically) re-arrange ways to live and work, and now I have time to explore possibilities.

Yong