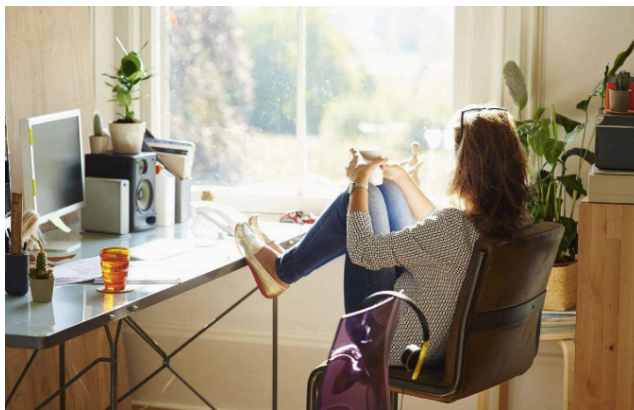


第 179 弹



原文：起床后三小时左右是注意力的巅峰时期。所以我们最好在早上 9:45 左右做一天中最繁重的工作。

翻译：One's concentration level peaks around three hours after getting up, so it is best to do the most taxing jobs of the day at around 9:45am.

*全盘语法划分：

One's concentration levels（主语） peak（谓） [around three hours after getting up]（时间状语），so（连词） it（形式主语） is（系动词） best（表语） [to do the most taxing jobs of the day at around 9:45am]（不定式作主语）。

*分析：

1. 起床后三小时左右是注意力的巅峰时期

One's concentration level peaks around three hours after getting up

1) 转化为：一个人的注意力水平达到巅峰，在起床后三小时左右

2) “一个人的注意力水平”：one's concentration level

3) “达到巅峰”：peak（可以作为不及物动词）

4) “在起床后三小时左右”：around three hours after getting up

2. 所以我们最好在早上 9:45 左右做一天中最繁重的工作。

so it is best to do the most taxing jobs of the day at around 9:45am.

1) 写成形式主语句，句式会更紧凑：it is best to do sth.（做某事是最好的。）

2) “在早上 9:45 左右做一天中最繁重的工作”：“=把一天中最繁重的活留在 9:45 左右” --to do the most taxing jobs of the day at around 9:45am（taxing：费力的、繁重的）

原文：起床后三小时左右是注意力的巅峰时期。所以我们最好在早上 9:45 左右做一天中最繁重的工作。。

翻译：One's concentration level peaks around three hours after

getting up, so it is best to do the most taxing jobs of the day at around 9:45am.

重点收获：

- 1) concentration level : 注意力水平
- 2) peak : vi. 达到巅峰
- 3) it is best to do sth. : 做...是最好的
- 4) taxing : 费力的、繁重的