

耳觸爲緣所生諸受若淨若不淨何以故耳
界耳界自性空聲界耳識界及耳觸耳觸爲
緣所生諸受聲界乃至耳觸爲緣所生諸受
自性空是耳界自性即非自性是聲界乃至
耳觸爲緣所生諸受自性亦非自性若非自
性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多

耳界不可得彼淨不淨亦不可得聲界乃至
耳觸爲緣所生諸受皆不可得彼淨不淨亦
不可得所以者何此中尚無耳界等可得何
況有彼淨與不淨汝若能修如是精進是修
精進波羅蜜多憍尸迦是善男子善女人等
作此等說是爲宣說真正精進波羅蜜多

十六末

大般若波羅蜜多經卷第一百五十二 張二

常若無常不應觀香界鼻識界及鼻觸鼻觸
爲緣所生諸受若常若無常何以故鼻界鼻
界自性空香界鼻識界及鼻觸鼻觸爲緣所
生諸受香界乃至鼻觸爲緣所生諸受自性
空是鼻界自性即非自性是香界乃至鼻觸
爲緣所生諸受自性亦非自性若非自性即
是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多鼻界
不可得彼常無常亦不可得香界乃至鼻觸
爲緣所生諸受皆不可得彼常無常亦不可
得所以者何此中尚無鼻界等可得何況有
彼常與無常汝若能修如是精進是修精進
波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波

大般若波羅蜜多經卷第一百五十三 張三
大唐三藏法師 玄奘奉 詔譯
初分校量功德品第三十之五十一
復次憍尸迦若善男子善女人等爲發無上
菩提心者宣說精進波羅蜜多作如是言汝
善男子應修精進波羅蜜多不應觀鼻界若
張三
常若無常不應觀香界鼻識界及鼻觸鼻觸
爲緣所生諸受若常若無常何以故鼻界鼻
界自性空香界鼻識界及鼻觸鼻觸爲緣所
生諸受香界乃至鼻觸爲緣所生諸受自性
空是鼻界自性即非自性是香界乃至鼻觸
爲緣所生諸受自性亦非自性若非自性即
是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多鼻界
不可得彼常無常亦不可得香界乃至鼻觸
爲緣所生諸受皆不可得彼常無常亦不可
得所以者何此中尚無鼻界等可得何況有
彼常與無常汝若能修如是精進是修精進
波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波

大般若波羅蜜多經卷第一百五十三 張三

羅蜜多不應觀鼻界若樂若苦不應觀香界
鼻識界及鼻觸鼻觸爲緣所生諸受若樂若
苦何以故鼻界鼻界自性空香界鼻識界及
鼻觸鼻觸爲緣所生諸受香界乃至鼻觸爲
緣所生諸受自性空是鼻界自性即非自性
是香界乃至鼻觸爲緣所生諸受自性亦非

自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精
進波羅蜜多鼻界不可得彼樂與苦亦不可
得香界乃至鼻觸爲緣所生諸受皆不可得
彼樂與苦亦不可得所以者何此中尚無鼻
界等可得何況有彼樂之與苦汝若能修如
是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善

緣所生諸受自性亦非自性若非自性即是
精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多鼻界不
可得彼我無我亦不可得香界乃至鼻觸爲
緣所生諸受皆不可得彼我無我亦不可得
所以者何此中尚無鼻界等可得何況有彼
我與無我汝若能修如是精進是修精進波

張三

羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅
蜜多不應觀鼻界若淨若不淨不應觀香界
鼻識界及鼻觸鼻觸爲緣所生諸受若淨若
不淨何以故鼻界鼻界自性空香界鼻識界
及鼻觸鼻觸爲緣所生諸受香界乃至鼻觸
爲緣所生諸受自性空是鼻界自性即非自

性是香界乃至鼻觸爲緣所生諸受自性亦
非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此
精進波羅蜜多鼻界不可得彼淨不淨亦不
可得香界乃至鼻觸爲緣所生諸受皆不可
得彼淨不淨亦不可得所以者何此中尚無
鼻界等可得何況有彼淨與不淨汝若能修

如是精進是修精進波羅蜜多。憍尸迦是善男子。善女人等作此等說。是爲宣說真正精進波羅蜜多。復次憍尸迦若善男子。善女人等爲發無上菩提心者。宣說精進波羅蜜多。作如是言汝善男子應修精進波羅蜜多。不應觀舌界。若常若無常。不應觀味界。舌識界。

及舌觸舌觸爲緣所生諸受。若常若無常。何以故。舌界舌界自性空。味界舌識界及舌觸舌觸爲緣所生諸受。乃至舌觸舌觸爲緣所生諸受。自性空。是舌界自生諸受。自性空。是舌界自性。即非自性。是味界。乃至舌觸舌觸爲緣所生諸受。自性亦非自性。若非自性。即是精進波羅蜜多。於此精進波

張三

三

羅蜜多舌界不可得。彼常無常亦不可得。味界乃至舌觸舌觸爲緣所生諸受皆不可得。彼常無常亦不可得。所以者何。可得何況有彼樂之與苦。汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多。復作如是言汝善男子應修精進波羅蜜多。不應觀舌界。若樂若苦。

觀舌界若我若無我不應觀味界。舌識界及舌觸舌觸爲緣所生諸受。若我若無我何以故。舌界舌界自性空。味界舌識界及舌觸舌觸爲緣所生諸受。乃至舌觸舌觸爲緣所生諸受。自性空。是舌界自性。即非自性。是味界乃至舌觸舌觸爲緣所生諸受。自性亦非自性。若

不應觀味界。舌識界及舌觸舌觸爲緣所生諸受。若樂若苦。何以故。舌界舌界自性空。味界舌識界及舌觸舌觸爲緣所生諸受。乃至舌觸舌觸爲緣所生諸受。自性空。是舌界自性。即非自性。是味界。乃至舌觸舌觸爲緣所生諸受。自性亦非自性。若非自性。即是精進波羅蜜多。於此精進波

非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多舌界不可得彼我無我亦不可得味界乃至舌觸爲緣所生諸受皆不可得彼我無我亦不可得所以者何此中尚無舌界等可得何況有彼我與無我汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應

修精進波羅蜜多不應觀舌界若淨若不淨不應觀味界舌識界及舌觸舌觸爲緣所生諸受若淨若不淨何以故舌界舌界自性空味界舌識界及舌觸舌觸爲緣所生諸受味界乃至舌觸爲緣所生諸受自性空是舌界自性即非自性是味界乃至舌觸爲緣所生

張三

四

諸受自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多舌界不可得彼淨不淨亦不可得味界乃至舌觸爲緣所生諸受皆不可得彼淨不淨亦不可得所以者何此中尚無舌界等可得何況有彼淨與不淨汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多

憍尸迦是善男子善女人等作此等說是爲宣說真正精進波羅蜜多復次憍尸迦若善男子善女人等爲發無上菩提心者宣說精進波羅蜜多作如是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀身界若常若無常不應觀觸界身識界及身觸身觸爲緣所生諸受若常若無常何以故身界身界自性空觸界身識界及身觸身觸爲緣所生諸受觸界乃至身觸爲緣所生諸受自性空是身界自性即非自性是觸界乃至身觸爲緣所生諸受自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多身界不可得彼常無常

亦不可得觸界乃至身觸爲緣所生諸受皆不可得彼常無常亦不可得所以者何此中尚無身界等可得何況有彼常與無常汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀身界若樂若苦不應觀觸界身識界及身觸身

張三

五

觸爲緣所生諸受若樂若苦何以故身界身界自性空觸界身識界及身觸身觸爲緣所生諸受觸界乃至身觸爲緣所生諸受自性空是身界自性即非自性是觸界乃至身觸爲緣所生諸受自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多身界

不可得彼樂與苦亦不可得觸界乃至身觸爲緣所生諸受皆不可得彼樂與苦亦不可得所以者何此中尚無身界等可得何況有彼樂之與苦汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀身界若我若無我不應觀觸界身識界及身觸身

若淨若不淨不應觀觸界身識界及身觸身觸爲緣所生諸受若淨若不淨何以故身界身界自性空觸界身識界及身觸身觸爲緣所生諸受觸界乃至身觸爲緣所生諸受自性空是身界自性即非自性是觸界乃至身觸爲緣所生諸受自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多身界不可得彼淨不淨亦不可得觸界乃至身觸爲緣所生諸受皆不可得彼淨不淨亦不可得所以者何此中尚無身界等可得何況有彼淨與不淨汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多憍尸迦是善男子善女人等作

此等說是爲宣說真正精進波羅蜜多復次
憍尸迦若善男子善女人等爲發無上菩提
心者宣說精進波羅蜜多作如是言汝善男
子應修精進波羅蜜多不應觀意界若常若
無常不應觀法界意識界及意觸意觸爲緣
所生諸受若常若無常何以故意界意界自

性空法界意識界及意觸意觸爲緣所生諸
受法界乃至意觸爲緣所生諸受自性空是
意界自性即非自性是法界乃至意觸爲緣
所生諸受自性亦非自性若非自性即是精
進波羅蜜多於此精進波羅蜜多意界不可
得彼常無常亦不可得法界乃至意觸爲緣
所生諸受皆不可得彼常無常亦不可得所
以者何此中尚無意界等可得何況有彼常
與無常汝若能修如是精進是修精進波羅
蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜
多不應觀意界若樂若苦不應觀法界意識
界及意觸意觸爲緣所生諸受若樂若苦何

以故意界意界自性空法界意識界及意觸
意觸爲緣所生諸受法界乃至意觸爲緣所
生諸受自性空是意界自性即非自性是法
界乃至意觸爲緣所生諸受自性亦非自性
若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波
羅蜜多意界不可得彼樂與苦亦不可得法
界乃至意觸爲緣所生諸受皆不可得彼樂
與苦亦不可得所以者何此中尚無意界等
可得何況有彼樂之與苦汝若能修如是精
進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子
應修精進波羅蜜多不應觀意界若我若無
我應修精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多
意界不可得

張三七

生諸受若我若無我何以故意界意界自性
空法界意識界及意觸意觸爲緣所生諸受
法界乃至意觸爲緣所生諸受自性空是意
界自性即非自性是法界乃至意觸爲緣所
生諸受自性亦非自性若非自性即是精進
波羅蜜多於此精進波羅蜜多意界不可得

彼我無我亦不可得法界乃至意觸爲緣所生諸受皆不可得彼我無我亦不可得所以者何此中尚無意界等可得何況有彼我與無我汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀意界若淨若不淨不應觀法界意識

界及意觸意觸爲緣所生諸受若淨若不淨何以故意界意界自性空法界意識界及意觸意觸爲緣所生諸受法界乃至意觸爲緣所生諸受自性空是意界自性即非自性是法界乃至意觸爲緣所生諸受自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多意界不可得彼淨不淨亦不可得法界乃至意觸爲緣所生諸受皆不可得彼淨不淨亦不可得所以者何此中尚無意界等可得何況有彼淨與不淨汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多憍尸迦是善男子善女人等作此等說是爲宣說真正精進波

羅蜜多復次憍尸迦若善男子善女人等爲發無上菩提心者宣說精進波羅蜜多作如是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀地界若常若無常不應觀水火風空識界若常若無常何以故地界地界自性空水火風空識界水火風空識界自性空是地界自性

張三

即非自性是水火風空識界自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多地界不可得彼常無常亦不可得水火風空識界皆不可得彼常無常亦不可得所以者何此中尚無地界等可得何況有彼常與無常汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀地界若樂若苦何以故地界地界自性空水火風空識界水火風空識界自性空是地界自性即非自性是水火風空識界自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此

精進波羅蜜多地界不可得彼樂與苦亦不可得水火風空識界皆不可得彼樂與苦亦不可得所以者何此中尚無地界等可得何況有彼樂之與苦汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀地界若我若無我不應

觀水火風空識界若我若無我何以故地界地界自性空水火風空識界水火風空識界自性空是地界自性即非自性是水火風空識界自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多地界不可得彼淨不淨亦不可得水火風空識界皆不可得彼淨不淨亦不可得所以者何此中尚無地界等可得何況有彼淨與不淨

張三

九

彼我無我亦不可得所以者何此中尚無地界等可得何況有彼我與無我汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀地界若淨我無我亦不可得水火風空識界皆不可得

識名色六處觸受愛取有生老死愁歎苦憂惱若常若無常何以故無明無明自性空行識名色六處觸受愛取有生老死愁歎苦憂惱行乃至老死愁歎苦憂惱自性空是無明自性即非自性是行乃至老死愁歎苦憂惱自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜

火風空識界自性空是地界自性即非自性是水火風空識界自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多地界不可得彼淨不淨亦不可得水火風空識界皆不可得彼淨不淨亦不可得所以者何此中尚無地界等可得何況有彼淨與不淨

多於此精進波羅蜜多無明不可得彼常無常亦不可得行乃至老死愁歎苦憂惱皆不可得彼常無常亦不可得所以者何此中尚無無明等可得何況有彼常與無常汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀無明

若樂若苦不應觀行識名色六處觸受愛取有生老死愁歎苦憂惱若樂若苦何以故無明無明自性空行識名色六處觸受愛取有生老死愁歎苦憂惱自性空是無明自生老死愁歎苦憂惱行乃至老死愁歎苦憂惱自性空是無明自性即非自性是行乃至老死愁歎苦憂惱自性亦非自性若非自性

性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多無明不可得彼我無我亦不可得行乃至老死愁歎苦憂惱皆不可得彼我無我亦不可得所以者何此中尚無明等可得何況有彼我與無我汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀無明若淨若不淨不應觀行識名色六處觸受愛取有生老死愁歎苦憂惱若淨若不淨何以故無明無明自性空行識名色六處觸受愛取

有生老死愁歎苦憂惱行乃至老死愁歎苦樂之與苦汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多無明不可得彼樂與苦亦不可得行乃至老死愁歎苦憂惱皆不可得彼樂與苦亦不可得所以者何此中尚無明等可得何況有彼樂與苦亦不可得

張三

十

善男子應修精進波羅蜜多不應觀無明若淨若不淨不應觀行識名色六處觸受愛取有生老死愁歎苦憂惱若淨若不淨何以故無明無明自性空行識名色六處觸受愛取有生老死愁歎苦憂惱行乃至老死愁歎苦憂惱自性空是無明自性即非自性是行乃

張三

十一

至老死愁歎苦憂惱自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多無明不可得彼淨不淨亦不可得行乃至老死愁歎苦憂惱皆不可得彼淨不淨亦不可得所以者何此中尚無無明等可得何況有彼淨與不淨汝若能修如是精進是修精進

波羅蜜多憍尸迦是善男子善女人等作此等說是爲宣說真正精進波羅蜜多復次憍尸迦若善男子善女人等爲發無上菩提心者宣說精進波羅蜜多作如是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀布施波羅蜜多若常若無常不應觀淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多若常若無常何以故布施波羅蜜多若樂若苦不應觀淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多若樂若苦何以故布施波羅蜜多布施波羅蜜多自性空淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多淨戒乃至般若波羅蜜多自性空是布施波羅蜜多自性即非自性是淨戒乃至般若波羅蜜多自性

亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多布施波羅蜜多不可得彼樂與苦亦不可得淨戒乃至般若波羅蜜多皆不可得彼樂與苦亦不可得所以者何此中尚無布施波羅蜜多等可得何況有彼樂之與苦汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多布施波羅蜜多不可得彼常無常亦不可得淨戒乃至般若波羅蜜多皆不可得彼常無常亦不可得所以者何此中尚無布施波羅蜜多等可得何況有彼常與無常汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀布施波羅蜜多若樂若苦不應觀淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多若樂若苦何以故布施波羅蜜多若樂若苦不應觀淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多若樂若苦何以故布施波羅蜜多布施波羅蜜多自性空淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多淨戒乃至般若波羅蜜多自性空是布施波羅蜜多自性即非自性是淨戒乃至般若波羅蜜多自性

蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀布施波羅蜜多若我若無我不應觀淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多若我若無我何以故布施波羅蜜多布施波羅蜜多自性空淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多自性空淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多淨戒乃至般若波羅蜜多自性空是布施

波羅蜜多自性即非自性是淨戒乃至般若波羅蜜多自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多布施波羅蜜多不可得彼我無我亦不可得淨戒乃至般若波羅蜜多皆不可得彼得所以者何此中尚無布施波羅蜜多等可得何況有彼我與無我汝若能修如是精進波羅蜜多等可得何況有彼淨與不淨汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多橋尸迦是善男子善女人等作此等說是爲宣說真正精進波羅蜜多復次橋尸迦若善男子善女人等爲發無上菩提心者宣說精進波羅蜜多作如是言汝善男子應修精進波羅蜜多修精進波羅蜜多不應觀布施波羅蜜多若淨若不淨不應觀淨戒安忍精進靜慮般若空無際空散空無變異空本性空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空無多布施波羅蜜多自性空淨戒安忍精進靜

慮般若波羅蜜多淨戒乃至般若波羅蜜多自性空是布施波羅蜜多自性即非自性是淨戒乃至般若波羅蜜多自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多布施波羅蜜多不可得彼淨不淨亦不可得淨戒乃至般若波羅蜜多皆不可得彼

張三

十三

淨不淨亦不可得所以者何此中尚無布施波羅蜜多等可得何況有彼淨與不淨汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多橋尸迦是善男子善女人等作此等說是爲宣說真正精進波羅蜜多復次橋尸迦若善男子善女人等爲發無上菩提心者宣說精進波羅蜜多作如是言汝善男子應修精進波羅蜜多外空空空大空勝義空有爲空無爲空畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空無性自性空若常若無常何以故內空內空自

性空外空內外空空空大空勝義空有爲空無爲空畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空自性空無性自性空外空乃至無性自性空自性空是內空自性即非自性是外空乃至無性自性空自性亦非自性若非自性即是精進至無性自性空自性亦非自性若非自性即

是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多內空不可得彼常無常亦不可得外空乃至無性自性空皆不可得彼常無常亦不可得所以者何此中尚無內空等可得何況有彼常與者何此中尚無內空等可得何況有彼樂與苦汝無常汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多

不應觀內空若樂若苦不應觀外空內外空空空大空勝義空有爲空無爲空畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空無性自性空若樂若苦何以故內空內空自性空外空內外空空空大空勝義空有爲空無爲空畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空

畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空無性自性空是內空自性即非自性是外空乃至無性自性空自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多內空不可得

張三
十四

十四

彼樂與苦亦不可得外空乃至無性自性空皆不可得彼樂與苦亦不可得所以者何此中尚無內空等可得何況有彼樂之與苦汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀內空若我若無我不應觀外空內外空空空大空勝義空有爲空無爲空畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空無性自性空若我若無我何以故內空內空自性空外空內外空空空大空勝義空有爲空無爲空畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空

共相空一切法空不可得空無性空自性空無性自性空外空乃至無性自性空自性空是內空自性即非自性是外空乃至無性自性空自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多內空不可得彼我無我亦不可得外空乃至無性自性空皆不可得彼我無我亦不可得所以者何此中尚無內空等可得何況有彼我與無我汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多復作是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀內空若淨若不淨不應觀外空內外空空空大空勝義空有爲空無爲空畢竟空無際空散

性自性空外空乃至無性自性空自性空是內空自性即非自性是外空乃至無性自性空自性亦非自性若非自性即是精進波羅蜜多於此精進波羅蜜多內空不可得彼淨不淨亦不可得外空乃至無性自性空皆不可得彼淨不淨亦不可得所以者何此中尚無內空等可得何況有彼淨與不淨汝若能修如是精進是修精進波羅蜜多憍尸迦是善男子善女人等作此等說是爲宣說真正精進波羅蜜多

大般若波羅蜜多經卷第一百五十三 張三

張三

十五末

空無變異空本性空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空無性自性空若淨若不淨何以故內空內空自性空外空內外空空空大空勝義空有爲空無爲空畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空無

大般若波羅蜜多經卷第一百五十四 張四

大唐三藏法師 玄奘奉

初分校量功德品第三十之五十二

詔譯

復次憍尸迦若善男子善女人等爲發無上菩提心者宣說精進波羅蜜多作如是言汝善男子應修精進波羅蜜多不應觀真如若