
Anubhava Trimshat Shloki

——
अनुभवत्रिंशच्छ्लोकी

——
Document Information



Text title : Anubhava Trimshat Shloki

File name : anubhavatriMshachChlokI.itx

Category : misc

Location : doc_z_misc_general

Author : Krishnananda Saraswati

Proofread by : Rajesh Thyagarajan

Description/comments : Minor works of Shri Krishnananda Saraswati

Latest update : November 6, 2025

Send corrections to : [sanskrit at cheerful dot c om](mailto:sanskrit@cheerful dot c om)

This text is prepared by volunteers and is to be used for personal study and research. The file is not to be copied or reposted without permission, for promotion of any website or individuals or for commercial purpose.

Please help to maintain respect for volunteer spirit.

Please note that proofreading is done using Devanagari version and other language/scripts are generated using **sanscript**.

November 6, 2025

sanskritdocuments.org



अनुभवत्रिंशच्छ्लोकी



आधायेन्द्रियवह्निपञ्चकमभिप्रज्वालय रागेन्धनै-
शशब्दादीन्विषयान् हवींषि मनसा सङ्कल्प्य कामस्रुचा ।
यस्यै जुह्वदपारभोग परमानन्देन सन्मुच्यते
तस्यैते परसंविदे भगवति प्राणेश्वरायै नमः ॥ १ ॥

न कर्तव्यं येषां किमपि हृदये लिम्पति रसं
विधानव्यासेधव्यतिगमनजङ्घालमनसाम् ।
जयन्त्येते धन्याः परमवहिताशेषकरणाः
परानन्दास्वादस्वरसगुणविज्ञानमधुराः ॥ २ ॥

उपावृत्तैरक्षैरिदमनिदमामर्शविकलं
कलाशेषेन्द्राभं गलितकरणीयेतरमलम् ।
असङ्कल्पस्पन्दादलस परिवाह परविदा-
मनालम्बं चेतः परमपि परं चुम्बति न वा ॥ ३ ॥

विद्याविद्युतितेव विद्युदचिरादालीनमन्धं तम-
सापि स्वोदयनिस्सहात्मभरणा दूरे चिरस्थायिका ।
नाकाशं न दिशोऽथवा न तरणिर्नापीन्दुवैश्वानरौ
पारेवाङ्मनसास्पदं तु परमव्योमैकमोजायते ॥ ४ ॥

गुणतावर्तत्रिनयनमहाभीषणमुखी
ममत्वाहम्मानद्वयकुटिलदंष्ट्राग्रविकटा ।
कराला काप्येषा कवलयति हा कालरजनी
प्रमत्तो लोकोऽयं भ्रमति विषयाशापरवशम् ॥ ५ ॥

सुरवाशीरध्यस्तामपि बत न पश्यामि विषयै -
रनुस्यूतोदीतेरवधिमसुखोल्लोलविततेः ।
अमीषामक्षाणामनुपशमशिक्षाविधिजुपा-
मभद्रैकोदर्का विनयमनुमन्येत क इव ॥ ६ ॥

आरुज्यव्यवहारगोचरचराण्यक्षाण्य विक्षेपतः
प्रत्यासज्य यथोपपादविषयेष्वङ्गस्थितिं कर्मसु ।
कार्याकार्यविचारदुर्गतिदशा मुत्तीर्य चेतोऽचिरा-
दौदासीन्यरसायनस्य सुहितं निर्वाणमासीदति ॥ ७ ॥

संयम्याक्षाण्यसुभिरबहिर्भावनागन्धमन्त-
स्सत्वे शान्तिप्रणयिनि समासज्य निर्लेशलीनम् ।
आत्मैकान्तावसितमहिमज्योतिरानन्दसान्द्रं
दग्धैधाग्निप्रतिममयते चेतनो ब्रह्मभूयम् ॥ ८ ॥

अक्षाणि प्रसरन्तु नाम विषयेष्वक्षामकामोद्वृणं
चेतश्चानुविधीयतामनुकलं तानेव सङ्कल्पयत् ।
भुङ्गामर्पितभोगमेभिरपि तैर्यस्योपकारः परं
प्रत्यग्ज्योतिरहं तदस्मि यदिदं देदीप्यते केवलम् ॥ ९ ॥

प्रत्यासीदति यावदिन्द्रियपदं प्राचीन संस्कारत-
श्चेतश्चेतितुमाचितां सुविधामारब्धभोगक्रियाम् ।
लोहं जाम्बनदावशेषमिव चिद्विद्धं सबाह्यान्तरं
प्रत्यक्कित्यवभासशेषमखिलं तत्तावदालीयते ॥ १० ॥

जक्षक्रीडन्नतिमनुभवन्वा वधूभिर्वयस्यै-
रन्तर्ज्योतिस्तनुमुपजनं प्रस्मरन्नातकामः ।
प्रत्यग्ज्योतिर्गलितकरणस्वक्रियाकार्यभेदो
न व्यासेधन्न विधिमथवा बुद्ध्यते सिद्धयोगी ॥ ११ ॥

विरम विरम कार्याकार्यसङ्कल्पशिल्पादयि हृदय दुरायासदायावसायात् ।
परिचिनु परिशान्तिं प्रत्यवेक्षस्व कालं नियमितनिजयत्नं नित्यमारब्धभोगात् ॥ १२ ॥

अनुस्यूतं यत्तद्व्यतिभिदुरनामार्थरचने
जगत्येकाकारं सदिदमिति सद्भावविदितम् ।
परं धामास्मीति प्रतिपदयमानः प्रतिपदं
पदं भूमानन्दं विपदपदमासीदति पुमान् ॥ १३ ॥

विमृशतु पदमन्तर्विद्यया तत्पदं वा गुणयतु गुणभोगे वैगुणीमुद्वृणां वा ।
समुपनमति साक्षादक्षनिर्वेशपद्यां विषयविषकृशानौ विप्लवन्ते विवेकाः ॥ १४ ॥

आरब्धभोगफलमार्छति यद्यविद्या विद्योदयेऽपि न पुनर्भवभावहेतुः ।

निर्बीजनीरसफला निकुचत्प्रसूना पर्याप्तपल्लवदशा जरती लतेव ॥ १५ ॥

करबदरवद्विश्वं पश्यन्विनश्वरमाविधेरकरणवशञ्चेतः कुर्वन्कुतूहलकुण्ठितम् ।

विगलितबहिर्व्यापारेण ध्रुवेण समाधिना निजसुखपदे निस्त्रैगुण्ये सुखं विहराम्यहम् ॥

यः स्मर्तुर्न पुनस्तमेति हृदयं भोगावसानक्षणे-

ऽप्यक्षिस्पन्दलवायुरेव सकलो भोगक्षणो यस्य च ।

आस्तां पूर्वदशा परा च सहजायासस्तदात्वेऽपि यः

तस्मै कः स्पृहयालुरस्तु विषयानन्दाय मन्दादृते ॥ १७ ॥

पश्यामो भुवनं भवार्णवमहावर्तेष्विदं बम्भ्रम-

द्विन्दुश्चासुखविप्लवोदधितरीं विद्यां परब्रह्मणः ।

शान्तिन्नस्सुकुरामुशन्ति निगमा विद्या निदानं वयं

वाञ्छामः कथमादिमध्यनिधनेष्वायासमात्रं सुखम् ॥ १८ ॥

आयासैरधिकैर्मनस्तनुगिरामाप्तव्यमल्पं फलं

शान्त्या केवलया परं सुखमनायासेन लब्धुं क्षमम् ।

अंहो पश्यत सन्निरस्य रसनामृले सुधास्यन्दिकां

प्राप्तुं वाञ्छति भस्ममोदकमयः प्राकारभङ्गश्रमैः ॥ १९ ॥

नायं लोको मम भोग्यः प्रदिष्टो भक्ता भङ्गा भुञ्जते यत्र लोकः ।

सोऽसौ लोको मम भोग्यः प्रदिष्टो यस्मिन् लोका निहिता लोकिनश्च ॥ २० ॥

जीर्णशशीर्णाङ्गसन्धिर्न विचलति रथः सारथिः सारहीनः

सन्ना एव प्रतुन्ना अपि च न हरयो गोचरेषु क्रमन्ते ।

गाढाधी रत्यधीरस्तदपि च विषयान्भोक्तुमायोक्तुकामो

यस्तस्मै सूर्जिताय प्रणतिरियमसौ मोहविस्फूर्जिताय ॥ २१ ॥

लुलितोल्ललितविलासं कलिवोत्कलिकात्मसम्बोधम् ।

आकलयन् जगदखिलं शान्ताहन्ताधिराचरामि महीम् ॥ २२ ॥

साधुसमीरसधर्मा शुभमशुभं वा स्पृशन्नसङ्गतिः ।

निह्नुतनिखिलविशेषो विचरामि महीं विधूतविधिमोहः ॥ २३ ॥

भाराकान्ता धरणिरुदधौ लोलकल्लोलजाले

दृष्टादृष्टं विलुठति यथा मज्जनोन्मज्जनाभ्याम् ।

आनन्दाब्धौ जगदपि तथा तत्वबोधाभिभूतं

द्वैताद्वैतव्यपगततनौ दृश्यते चित्स्वभावे ॥ २४ ॥

निद्रामुद्राश्लयनसमये भाति कुम्भादि यद्वत्
तद्वन्मायाविलसितममुं लोकमालोकमानः ।
अन्तश्शान्ताखिलविषयधीरञ्जितानन्दबोधः
प्राप्तं प्राप्तं सममनुभवन् गूढधर्मश्वरामि ॥ २५ ॥

चित्ते भित्तौ चित्रकर्मव दृश्यं दृश्यादृश्यं बोधतः कालभेदात् ।
पश्यन्नात्मक्रीडनः पर्यटामि प्राप्तं प्राप्तं भोगमासेवमानः ॥ २६ ॥

परचरितमनिन्द्यं पापकं नाभिनन्द्यं
परहितमनुवर्ण्यं पारलौक्यं विधेयम् ।
सुहृदुपचरणीयं सूनुतं त्वेव वाच्यं
व्रतमिदमुपदिष्टं केन वा सज्जनानाम् ॥ २७ ॥

सर्वात्मना वयसि निर्गलिते निसर्गजीर्णे जरावलिभिरावलिते शरीरे ।
यद्भ्रूषजाचरणमस्य विमूढबुद्धेरुर्वारुकस्य परमायसपट्टबन्धः ॥ २८ ॥

इतरेतरयोगपरद्वन्द्वं नेताह भोगिनामतनुः ।
प्राचोर्जायापत्योः कथमेकतया न यत्समाहारः ॥ २९ ॥

अहङ्कारोत्तीर्णा विगतविषयाश्लेषकलुषा
दृशिस्सत्तामात्रस्फुरणपरिशेषात्ममहिमा ।
गिरां दूरे तत्त्वं किमपि परमात्मेति तमसः
परस्तादात्मा मे जगदपगिरन्ती विजयते ॥ ३० ॥

निर्मर्यादसुखञ्च धर्मममराशास्यञ्च सम्माननं
विष्वक्कीर्तिममीबदरविषयं वीर्यञ्च पारे गिराम् ।
यन्मूलं सकलं वदन्ति यतयस्तद्ब्रह्मचर्यव्रतं
मोहेन श्लथयन्ति मूढमतयो निर्वाणनिश्रेणिकाम् ॥ ३१ ॥

श्रीरामभद्रयोगीन्द्रचरणाम्बुजरेणुना ।
अनुभवत्रिंशच्छ्लोकी कृष्णानन्देन निर्मिता ॥ ३२ ॥

इति कृष्णानन्दकृतिषु अनुभव त्रिंशच्छ्लोकी सम्पूर्णा ॥

——
Anubhava Trimshat Shloki

pdf was typeset on November 6, 2025

——
Please send corrections to sanskrit@cheerful.com

