তিনি ১৯৩৪ সালের ৭ই সেপ্টেম্বর বাংলাদেশের ফরিদপুর জেলায় জন্মগ্রহন করেন। তার পিতার নাম ছিল কালীপদ গঙ্গোপাধ্যায়। পরবর্তীতে তিনি পরিবারের সাথে ভারতে চলে যান। বর্তমানে আনন্দবাজার পত্রিকার সাথে যুক্ত। তাঁর প্রথম কাব্য গ্রন্থ'একা এবং কয়েকজন'।

বাংলা কবিতায় যে প্রধান রোমান্টিক ধারাটি চলিশের দশকে সাধারণ কাব্য পাঠকের থেকে দূরে অবগুন্ঠনে ঢাকা ছিল, পঞ্চাশের কৃত্তিবাস আন্দোলন তাকে শুধু উন্মোচিতই করল না, প্লাবিত করল। সুনীল গঙ্গোপাধ্যায় সেই আন্দোলনের প্রধান কবি। তখন থেকেই তাঁর জনপ্রিয়তার শুরু। লেখক - কবি সুনীল গঙ্গোপাধ্যায় এখন গদ্য ও পদ্য সাহিত্যের দুটি বেগবান অশ্বের অশ্বারোহী।

আনন্দ পুরস্কার পেয়েছেন অনেক আগে। ১৯৮৩ সালে পান বঙ্কিম পুরস্কার। ১৯৮৫ সালে সাহিত্য আকাদেমি পুরস্কার প্রাপ্ত।