





# W imię piękna

*Skąd u Pani pomysł na zajęcie się ekskluzywną marką kosmetyków?*

Temat urody fascynował mnie od najmłodszych lat, nawet czas studiów – na wydziale socjologii – poświęciłam naukowemu zgłębianiu tych zagadnień. Decyzja o wyborze branży kosmetycznej była więc całkiem naturalna. A wieloletnie przemyślenia doprowadziły mnie do wniosku, że najwyższy czas na rewolucję na rynku kosmetyków, czas na nową „sztukę urody”. Kosmetyki powinny naprawdę działać, a nie tylko ładnie wyglądać.

*Na czym ma polegać to działanie?*

Przyjęłam motto, że naturalne piękno pozwala zachować tylko natura. Ma to dwojaki sens, po pierwsze ten, że w naszych produktach stosujemy tylko najwyższej jakości składniki naturalne, bez syntetycznej chemii, a po drugie – że nasze produkty mają skłaniać skórę do samodzielnej regeneracji, pobudzać naturalne procesy, a nie sztucznie zastępować je czy maskować.



Anna Pikura – założycielka i prezes firmy AP Ltd., produkującej wysokiej klasy polskie biokosmetyki.

Od czego zależy uroda kobiety? Na to i inne pytania odpowiada **Anna Pikura**, twórczyni luksusowych kosmetyków firmowanych jej własnym nazwiskiem, opartych m.in. na bazie aktywnego biologicznie kolagenu.

*Jest Pani twarzą linii swoich kosmetyków. Jak Pani dba o urodę?*

Uroda to wypadkowa czynników od nas niezależnych, jak geny, i zależnych – do których należą kosmetyki. Jest ona wyrazem tego, co dzieje się w nas. Staram się więc żyć i odżywiać zdrowo oraz zachowywać pogodę ducha. A jeśli chodzi o kosmetyki, używać najlepszych.

*W jaki więc sposób Pani się odżywia?*

Nasz organizm jest skazany na to, co mu serwujemy. Amerykanie mają powiedzonko: „garbage in, garbage out” – jeśli karmimy się byle czym, to będziemy wyglądać byle jak. Stronię od produktów gotowych, wysoko przetworzonych, staram się, aby moje potrawy były świeżo przyrządzone. Unikam produktów z syntetycznymi dodatkami i tych, które – aby długo zachować świeżość – zostały technologicznie pozbawione najwartościowszych składników. Zamiast zwykłego cukru, używam zdrowego, brzoźowego.

*Pani ulubione danie?*

Ostatnio – zapiekane plastry bakłażanów, udekorowane pomidorami i naturalnymi przyprawami. Są pyszne, pożywne i niskokaloryczne. Bardzo lubię też zupę cebulową i tajsą limonkową.

*Czy stosowała Pani kiedykolwiek dietę?*

Nie jestem zwolenniczką diet, chyba że są one konieczne ze względu na stan zdrowia. Uważam, że powinniśmy wyrobić w sobie nawyk zdrowego

odżywiania się na co dzień – to pozwoli wrócić do dobrej figury i zachować ją.

*W jaki sposób najlepiej się Pani relaksuje?*

Tak się składa, że... w kuchni! Wymyślanie nowych potraw i gotowanie to moja pasja. Po całym dniu pracy wracam do domu z torbą świeżych warzyw i zabieram się do roboty! Jestem wtedy w swoim żywiole i ogromnie się cieszę, gdy uda mi się stworzyć nowy, wspaniały smak!

*Czy uprawia Pani jakiś sport?*

Bardzo lubię pływać i staram się to robić jak najczęściej, kilka razy w tygodniu.

*Co puszysta czytelniczka „SuperLinii” powinna robić, by poczuć się piękna?*

Jestem przekonana, że liczy się przede wszystkim to, co w środku. Jeżeli żyjemy z pasją dla jakiejś godnej tego sprawy, przestajemy zamartwiać się własną urodą, a ona wtedy emanuje z nas w sposób naturalny i piękny. Kanony piękna na przestrzeni wieków zmieniały się, ale zwykle ceniono pełniejsze kształty, tak zresztą jest do dziś w wielu kulturach świata. Nadwaga w żadnym razie nie stoi na przeszkodzie atrakcyjności, a najlepszym tego dowodem są kobiety o krągłej figurze, które robią wielkie kariery, jak choćby Oprah Winfrey czy ostatnio America Ferrera. Jednak nazbyt duża tusza rzeczywiście może rodzić złe samopoczucie i skłonność do pewnych schorzeń.

Rozmawiała **Elżbieta Bogusławska**