

# Sunbiosis

La sonrisa del paisaje campesino resplandece ante tonalidades de verdes ánomos que bailan junto al eco de aires libres, de suaves brisas que acarician la piel para erizarla en medio de la frescura que se percibe sensitivamente con un caluroso abrazo húmedo que se acoge al despunte de los primeros rayos solares. Se detiene el tiempo entre cielo y tierra, entre sol y vida para elevar nuestro inconsciente a las nubes, transportándonos con solo tocar los frutos y las ramas a la profunda verdad.

Convergencia que emerge a cada momento del día entre la belleza real y la esencia pura del ser humano ante la búsqueda innata de nuestras raíces, que más allá de nuestros ancestros, busca aferrarse a sí mismo invocando la serenidad que aportan los ciclos terrestres.

El manifiesto del llamado a la naturaleza, de lo realmente importante, de la relación que se entabla en una vida contemplativa de cara a la valoración de los ecosistemas y cada microorganismo que en ellos coexisten. La ambición volcada a la abundancia de la vida en todos sus aspectos, del ser en armonía con la vida que crece, se multiplica, y sorprende cada día para revelar nuevas virtudes. Asombrosos hábitats biológicos que cumplen sus propósitos siendo libres, puros, llenos de vitalidad perenne. El despliegue de la existencia misma en pleno resplandor.

Simbiosis del alma en acción constante y comunicada sensorialmente con la tierra entre panoramas donde el ruido no es verbo conocido. Nos permitimos unos instantes para alejarnos de la ciudad, donde nos reciben hermosos potreros con ínfulas selváticas en Chepo, que despliegan en todos sus ángulos la reconciliación hombre-suelo, humano-naturaleza, homo-vita. Revelamos el imperio sostenible de Thomas y Adriana que renace en un bucle infinito cada día entre fértiles suelos orgánicos, agricultura ecológica y ganadería holística, capturando nuestros sentidos en todo su esplendor para irradiarnos de vida, y conectarnos con el lujo de tomarnos un momento para meditar, respirar, liberar nuestro pensamiento y conectarnos con nosotros mismos y lo que nos rodea. Palpar las hojas, respirar aires limpios, saborear alimentos libres de químicos, mimetizarnos en cada célula con la naturaleza como evocando la sabiduría ancestral que viaja en un recorrido genético hasta tiempos paleolíticos donde éramos uno con nuestro entorno.

Presentamos a continuación la hermosa exhibición biológica que ha construido la familia Patton con dedicación, constancia, empirismo y auto pedagogía. El resultado de una jornada llena de sabiduría que ha cultivado en sus corazones la esperanza por crear un mundo de aportación y no de extracción. Una muestra de la satisfacción del cosechar la paciencia apreciando con constancia y acción regenerativa la vida, de tal modo que no solo sea aprovechable en sus espacios, si no también pueda salir al mundo al alzar la voz para cambiar nuestra visión y cultura ecológica, al compartir a través de las siguientes páginas la poderosa renovación de su finca. El deslumbrante proyecto que se enfoca en el futuro del suelo como principal eje de propagación de vida, de conexión solar, de llamamiento a los orígenes: Coquira Soil Project; el plan en plena ejecución que evidencia los orígenes de lo real, la valoración de los ciclos de energía y consumo, el respeto por los animales... La libertad de elegir, conocer y conectar con el verdadero lujo.

*The smile of the countryside radiates amid vibrant greens that dance with the echoes of open air, where gentle breezes caress the skin, igniting a shiver in the refreshing warmth of the first sunrays. Time stands still between heaven and earth, sun and life, elevating our consciousness to the clouds and guiding us to profound truths with a mere touch of fruits and branches. A convergence unfolds throughout the day, where genuine beauty meets the pure essence of humanity in our innate quest for roots. Beyond ancestral ties, we seek to embrace our true selves, invoking the serenity brought by earthly cycles. This is a manifesto calling us back to nature, to what truly matters—the relationships cultivated in a contemplative life that values ecosystems and the myriad microorganisms coexisting within them.*

*Our ambition channels the abundance of life in all its forms, harmonizing with the ever-growing, multiplying wonders that reveal new virtues daily. Astonishing biological habitats fulfill their purpose in a state of freedom, purity, and eternal vitality, showcasing existence itself in full brilliance.*

*A symbiosis of the soul unfolds in constant, sensory communication with the earth, amidst landscapes where noise is an unknown verb. We grant ourselves moments to escape the city, welcomed by the lush pastures of Chepo, where the reconciliation of man and soil, human and nature, homo and vita is manifest. We unveil the sustainable empire of Thomas and Adriana, reborn in an infinite loop each day among fertile organic soils, ecological agriculture, and holistic livestock, captivating our senses and inviting us to luxuriate in moments of meditation, breath, and reconnection with ourselves and our surroundings. We touch the leaves, breathe in pure air, savor chemical-free food, merging with nature at a cellular level, invoking the ancestral wisdom that flows through us back to Paleolithic times when we were one with our environment.*

*We present the beautiful biological exhibition crafted by the Patton family with dedication, perseverance, empiricism, and self-education. This is the culmination of a journey rich in wisdom, fostering hope to create a world of contribution rather than extraction. It showcases the satisfaction of harvesting patience, appreciating life through regenerative action, ensuring that our efforts resonate beyond their confines, raising our voices to transform our ecological vision and culture through the pages that follow, sharing the powerful renewal of their farm.*

*This dazzling project focuses on the future of soil as the primary axis of life propagation, solar connection, and a call to origins: the Coquira Soil Project; an ongoing plan that highlights the essence of reality, the appreciation of energy cycles, and respect for animals—the freedom to choose, know, and connect with true luxury.*



Dirección Creativa:  
**Castillo Kraemer**

Dirección de Arte:  
**Castillo Kraemer**

Fotografía:  
**Ricardó Canino**

Asistente de fotografía:  
**Carlos Tamayo**

Producción artística:  
**Ángel Navarro**

Makeup & Hair:  
**Anais Burgos**

Agradecimiento Especial:  
**Familia Patton**

Guardarropa:  
**Madre Tierra, Casa Palma, Anima & Suit Supply**

Locación:  
**COQUIRA SOIL PROJECT**





Ligera brisa silvestre se despierta con los primeros vestigios de sol, que se cuela con su luminosidad entre verdes pastizales. Armoniosa relación que se despliega sublime ante nuestras miradas bifurcadas entre esplendor y sensaciones ancestrales. Texturas cálidas que invitan a la contemplación. Excelsos parajes que capturan toda nuestra atención entre el sutil olor a pasto, por el que pasean coloridos bovinos que parecen sonreírle a la vida con una pasividad digna de aires libertarios. Hermosos animales que se dejan guiar al resonar del galopar consonante de melenas equinas que se agitan en la majestuosidad de potreros, donde se disfruta la libertad plena de vivir en medio de una Enriquecida biodiversidad que despunta cada día con nobleza solar.

Iniciamos un viaje que nos transporta a horizontes reveladores donde subyacen ecosistemas que rememoran en nuestras venas las raíces de un renacer oblicuo; cual ciclo solar que rodea con ritmo circundante nuestras almas, para despertar el subconsciente que nos vincula a la naturaleza.

Filosofando entre realidades alternativas, nos encontramos en medio de una selva calurosa que alberga diversos campos de deslumbrante belleza, permitiéndonos reencontrarnos con nuestra esencia, con solo agacharnos y tocar un suelo que se siente; que nos hace vibrar evocando una consolidación del ser con el pasado. Una conexión que cala en el tacto como en la búsqueda de una historia enraizada a aromas oxigenados, a sabores auténticos libres de modificación humana.

Vientos que disipan toda agitación para mostrarnos la realidad y el valor real de detenernos a reflexionar sobre la importancia de conocer la procedencia de nuestra fuente de energía, de la vegetación que nos rodea y de cómo interactuamos con la tierra sin afectarla si no más bien regenerarla. Iluminados con un baño de sol, nos dejamos llevar por la compañía de la naturaleza, un tiempo que nos ayuda a sopesar la importancia de lo que hacemos, de lo que consumimos y la trascendencia que tienen nuestras acciones. La perspectiva de nosotros mismos como agentes de cambio dentro del reino animal y vegetal, para elevar la estima por un futuro más verde donde nos fundimos con la tierra y el universo.

En dicotomías combinadas de paz y exaltación, nos enfrentamos a la emocionante experiencia de entrar en las áreas verdes de Coquira Soil Project, un espacio que nos sumerge en la paradoja de existir en conjunto con la naturaleza, sin afectarla si no más bien elevándola, evolucionando con ella, compenetrándonos con cada ser que la habita. El entendimiento de la vida desde sus entrañas.

A gentle wild breeze awakens with the first hints of sunlight, filtering its luminosity through lush meadows. A harmonious relationship unfolds, sublime before our eyes, caught between splendor and ancestral sensations. Warm textures invite contemplation. Exquisite landscapes capture our attention amidst the subtle scent of grass, where vibrant cattle roam, smiling at life with a passive grace befitting libertarian airs. Beautiful creatures are guided by the resonant gallop of equine manes swaying majestically in pastures, reveling in the full freedom of living amid a rich biodiversity that unfolds daily with solar nobility.

We embark on a journey that transports us to revealing horizons where ecosystems evoke the roots of an oblique rebirth—a solar cycle rhythmically surrounding our souls, awakening the subconscious that binds us to nature.

Philosophizing amidst alternate realities, we find ourselves in a warm jungle harboring fields of dazzling beauty, allowing us to reconnect with our essence by simply bending down to touch the earth that resonates; it vibrates with a sense of continuity to our past. This connection is palpable, a search for stories rooted in oxygenated aromas and authentic flavors free from human alteration.

Winds disperse agitation, revealing the importance of pausing to reflect on the origins of our energy source, the vegetation surrounding us, and how we interact with the land—not to harm but to regenerate it.

Bathed in sunlight, we surrender to nature's embrace, a moment that compels us to weigh the significance of our actions, our consumption, and the impact of our choices. We envision ourselves as agents of change within the animal and plant kingdoms, nurturing hope for a greener future where we merge with the earth and the universe.

In a harmonious blend of peace and exhilaration, we confront the exhilarating experience of stepping into the green expanses of the Coquira Soil Project—a space immersing us in the paradox of coexisting with nature—enhancing rather than harming it, evolving alongside it, connecting with every being that inhabits it. This is an understanding of life from its very core.



A poca distancia de la ciudad, sentimos que entramos a otro mundo, donde animales y suelo establecen confidencias que retroalimentan la vida, sin pausa; entre ciclos que no se detienen ante minuciosidades humanas, que siguen su curso como un causal de río. Coquira Soil Project es sinónimo de libertad, de brisa que disipa toda agitación industrial para inspirarnos a recorrer y disfrutar todas las tonalidades que nos ofrece la naturaleza ante el reflejo de colores vibrantes que se visualizan entre destellos solares.

Nos reciben enérgicos ladridos amistosos de caninos joviales, que rompen amigablemente con la silente paz de los bosques de árboles que rodean la finca centenaria. El amanecer nos sonríe con benevolencia junto al inicio del agudo canto de pájaros que marcan el inicio de un nuevo día. Junto a ellos, mariposas de colores y zumbidos de abejas, marcan el inicio de la jornada, disponiéndose a cumplir su propósito ignorando con serenidad nuestras miradas atónitas ante tanta hermosura.

#### Energía y dopamina en conjunto con el sol

Símbolos de una felicidad auténtica, que deja sin efecto cualquier pre concepción que se tenga sobre el campo. Donde animales que conviven en armonía con las plantas revelan su presencia sin parecer importarle el paso del tiempo. Eternidad embelesante que se transmite en cada espacio de esta granja.

Una experiencia única, que se creó gracias al esfuerzo, dedicado estudio y paciente trabajo que han realizado sus creadores, Thomas Patton y su esposa Adriana Roquer. Dos visionarios que iniciaron un camino diferente, para darse el lujo de conectar con el estrecho vínculo que poseemos todos en nuestro ADN, rescatando poco a poco la semilla ancestral sin químicos, aditivos ni alteraciones para cultivarla en cada hectárea de sus terrenos elevados. Convirtiendo cada espacio en un pedazo de suelo aprovechable, lo que ellos describen a la perfección como un bosque comestible, bien sea para alimentar animales, humanos o el mismo suelo. Una creación que data del 2018 cuando la pareja toma el mando total de la finca, que poseía ya una trayectoria remontada a más de 100 años de actividad ganadera con métodos tradicionales e industrializados. Un viaje que iniciaron de la mano con una transformación paulatina, que tuvo sus orígenes en el entendimiento de la importancia del consumo de alimentos libres de químicos, para nutrir de verdad cuerpo y mente.

“Hace 10 años entendimos la importancia del consumo de comida orgánica sin químicos para beneficio de la salud y alrededor de 6 años tomamos las riendas de la finca familiar para cambiarla de agroindustrial a regenerativa.”

*Just a short distance from the city, we feel as though we've entered another world, where animals and soil engage in a dialogue that sustains life unceasingly; amidst cycles that persist beyond human minutiae, flowing like a river's course. The Coquira Soil Project embodies freedom, a breeze dispelling industrial agitation, inspiring us to traverse and savor the myriad hues nature offers in vibrant reflections under shimmering sunlight.*

*We are greeted by the joyful barks of exuberant dogs, breaking the serene tranquility of the ancient trees surrounding the estate. The dawn smiles upon us with benevolence, accompanied by the sharp call of birds heralding a new day. Alongside them, colorful butterflies and the buzzing of bees mark the start of the day, poised to fulfill their purpose, serenely disregarding our awestruck gazes amidst such beauty.*

*Energy and Dopamine in Harmony with the Sun  
Symbols of authentic happiness, transcending any pre-conceived notions about the countryside. Here, animals coexist in harmony with the plants, their presence undisturbed by the passage of time. An enchanting eternity resonates in every corner of this farm.*

*This unique experience has been cultivated through the dedicated effort, rigorous study, and patient labor of its creators, Thomas Patton and his wife, Adriana Roquer. These visionaries embarked on a transformative journey to reconnect with the profound bond embedded in our DNA, gradually reviving ancestral seeds free from chemicals, additives, or alterations to nurture each hectare of their elevated land. They have transformed every space into a usable piece of earth, aptly described as an edible forest, nourishing not only animals and humans but the soil itself.*

*This creation dates back to 2018 when the couple took full ownership of the farm, which boasted a century-long history of traditional and industrialized livestock practices. Their journey began with a gradual transformation rooted in the understanding of the importance of consuming chemical-free foods to genuinely nourish body and mind.*

*“Ten years ago, we recognized the significance of organic food without chemicals for health benefits. Six years ago, we took the reins of the family farm to shift it from agro-industrial to regenerative practices.”*







«Comenzamos a sembrar e ir aprendiendo en el camino, el comportamiento de las plantas y los alimentos cultivables que son aptos para cada suelo y cada clima, un experimento positivo donde el ensayo y error fueron desafíos a los que tuvimos que enfrentarnos, para encontrar alternativas en reemplazo a otros alimentos como por ejemplo el ajo sacha, que suplanta con su particular sabor a la cebolla o al ajo como condimentos en la cocina...»

Una regeneración que se nota desde que ingresamos a sus espacios, y que podemos disfrutar con todos nuestros sentidos. Que sobresale a la vista con un despliegue de colores y formas contorneadas, como un lienzo que se mueve con el sentir de corazones latientes, de radiante vegetación. Al olfato con el aroma a tierra húmeda y pastizales. Con el tacto de texturas rugosas de árboles, de lisos pétalos de flores. Con el gusto ante la exquisita comida que nos recibe en un desayuno cargado de sabores únicos que explotan en nuestras bocas como un Big Bang que nos abre la mente y nos retorna al inicio de todo.

Comida real, de temporada, fresca, que se siente con inédito sabor culinario digno de los paladares más exclusivos. Frutas dulces que commueven cada una de nuestras papillas gustativas, huevos de pato recién cosechados, carne de cordero fresca, flores comestibles de vibrantes colores, e incluso crujientes larvas de las que más adelante nos comentarían, son las protagonistas de la fertilización de los suelos.

Un verdadero cambio que se siente en cada célula y que inició con la siembra en lo que les parecería un campo de golf. Thomas y Adriana revitalizaron el panorama desértico de su finca familiar, que se enfocaba en procesos automatizados y que pretendía ‘sacar contenedores’ de ganado mediante prácticas poco amigables con un déficit en el margen de rentabilidad y ganancia. Recuerdan con emoción cómo fueron dándose cuenta de los caminos que debían tomar para llegar a tener tierra saludable, la meta de sembrar de tal modo que cada área se viera verde y sirviera de vegetación comestible; que cada animal cumpliera su propósito de vida dentro de la granja, respetando a la vez su calidad de vida y liberándolos además de medicinas y químicos tóxicos.

“La ironía de hoy en día en la que nos vemos expuestos, es el poseer un pedazo de tierra en la ciudad, no cultivable, que no aporta ningún beneficio consumible. Comenzamos a sembrar y aprovechar cada parte de las plantas desde sus hojas hasta sus flores; un camino lleno de aprendizaje en el cual nos ha acompañado nuestro chef André, que se ha apropiado del tema para elevar la imagen de los platos y la combinación de sabores que

«We started planting and learning about the behavior of plants and suitable crops for each soil and climate—a positive experiment filled with challenges, where trial and error became our allies as we sought alternatives to conventional foods, like garlic sacha, which offers a unique flavor reminiscent of onion or garlic in the kitchen...»

A palpable regeneration envelops us upon entering their spaces, where our senses are awakened. Visually, we are treated to a tapestry of colors and contours, like a canvas animated by the beating hearts of vibrant vegetation. The scent of damp earth and meadows fills the air. We touch the rough textures of trees and the smooth petals of flowers. And we savor exquisite dishes at breakfast, bursting with unique flavors that explode like a Big Bang in our mouths, transporting us back to the essence of it all.

Real, seasonal, fresh food imbued with unprecedented culinary flair worthy of the most discerning palates. Sweet fruits tantalize our taste buds, freshly harvested duck eggs, tender lamb meat, vibrant edible flowers, and even crispy larvae, which, as we would later learn, play a crucial role in soil fertilization.

A genuine transformation resonates in every cell, beginning with what once resembled a golf course. Thomas and Adriana revitalized the arid landscape of their family farm, previously focused on automated processes that sought to “export containers” of livestock through practices detrimental to both profitability and well-being. They recall with enthusiasm the realization of the paths they needed to take to achieve healthy land, aiming for a verdant environment filled with edible vegetation, where each animal fulfills its purpose within the farm, while respecting their quality of life and liberating them from toxic medicines and chemicals.

“The irony of today’s reality is owning a piece of non-arable land in the city, which offers no consumable benefit. We began to cultivate and utilize every part of the plants, from leaves to flowers; a journey filled with learning guided by our chef, André, who has embraced the topic to elevate the presentation and flavor combinations in our restaurant... Humanity must move beyond convenience to prioritize health and nutrition, recognizing the importance of sourcing local food rather than blindly purchasing packaged products. This luxury translates into health and the appreciation of ourselves and our loved ones, safeguarding what we consume. It’s akin to exotics or diamonds, but it’s far more admirable to see someone thriving in health due to organic farming, which has become a rare luxury.”

ofrecemos en nuestro restaurante... El ser humano tiene que dejar a un lado la conveniencia para empezar a preocuparse por su salud y alimentación, reconocer la importancia de buscar la comida que tiene su localidad, no comprando y consumiendo a ojos cerrados productos empaquetados. Es un lujo que se traduce en salud y la apreciación de nosotros y nuestros seres queridos al cuidar lo que consumimos, es algo exótico unos diamantes, pero es más digno de admirar a alguien colmado de salud gracias a la agricultura orgánica que hoy en día es un lujo obtener."

Rodeados de tanta estruendosa maquinaria, paredes de cemento, tráfico, vitrales que distorsionan nuestras miradas y sobre información; es un lujo tomarse un tiempo para detenerse ante la automatización de un sistema que nos consume en una mentalidad cíclica, que nos enferma, que nos desliga de nuestro ser. Interiorizar lo que llevamos a nuestra mesa, es reflexionar sobre el origen de cada alimento que consumimos, sin embargo el tener acceso a comida orgánica es un lujo que pocos pueden darse, no por lo elevado o no de su precio, si no por el desconocimiento y desinformación del origen real de los mismos. Existe un vínculo completamente roto, que se deteriora continuamente con el paso de los años y la migración del granjero a las ciudades debido a la falta de ganancia que aporta la ganadería y agricultura tradicional llena de fertilizantes y semillas genéticamente modificadas que dependen exclusivamente de dichos productos para subsistir, y que al final terminan cortando el ciclo regenerativo, o contaminando nuestros alimentos.

De esta manera Thomas reflexiona:

«Lo que hacemos no es secreto, es instinto y cualquiera lo puede replicar...lo debería replicar. Es inconcebible cómo el granjero es el último eslabón, el que menos ganancia monetaria posee, si más bien el ser humano come 3 veces al día. Estas incongruencias empiezan a darme punto de inicio para la reflexión, a la par de vivir la experiencia de liderar una exportación de piña de la granja, fui testigo de procesos que destruían la tierra, de inversiones no rentables a largo plazo. De igual forma nos fuimos incorporando en literatura agroecológica para sumergirnos en dieta saludable y balance del ecosistema(...) En Panamá no importa cuánto dinero poseas, no puedes comer orgánico del todo, es un reto, algo casi imposible. En el futuro, tener acceso a tu propia comida, a tu propia tierra, ya sea que tengas un amigo que tiene una finca o que tengas el acceso a comida orgánica del precio que sea, será un verdadero lujo; el realmente saber de donde viene tu comida, el comer cosas que te caigan bien, alimentos reales sin procesados ni químicos que perjudiquen tu salud.»

*Surrounded by the clamor of machinery, concrete walls, traffic, and distorted reflections, it is a luxury to take time to pause in a system that consumes us with a cyclical mentality, making us ill and detaching us from our essence. To internalize what we bring to our table is to reflect on the origins of every food we consume. Yet, access to organic food is a luxury few can afford—not due to price, but because of ignorance and misinformation about its true sources. There exists a fractured connection, continuously deteriorating over the years as farmers migrate to cities, driven by the lack of profitability in traditional agriculture laden with fertilizers and genetically modified seeds, dependent solely on such products for survival, ultimately disrupting regenerative cycles and contaminating our food. Thus, Thomas reflects:*

*"What we do is not a secret, it is instinct and anyone can replicate it...should replicate it. It is inconceivable how the farmer becomes the last link in the chain, earning the least monetary reward, while humans eat three times a day. These incongruities spark my reflections. While leading the exportation of pineapples from the farm, I witnessed processes that destroyed the land and unprofitable long-term investments. We delved into agroecological literature to immerse ourselves in healthy diets and ecosystem balance... In Panama, no matter how much money you have, you cannot eat entirely organic; it's a challenge, nearly impossible. In the future, access to your own food, your own land—whether through a friend with a farm or access to organic food at any price—will be a true luxury. Knowing the source of your food, eating what nourishes you, real food free from processing or harmful chemicals, will be invaluable."*





Actualmente la pareja administra 2500 hectáreas llenas de verde, de animales libres que pastan o corren, que conviven en armonía unos con otros y se sostienen de forma retroalimentada. Adriana -nos comenta Thomas- es la vaquera que recorre los campos, mientras que él se encarga de la logística y las cuentas; el complemento perfecto. Juntos recuerdan cómo recorrieron a caballo toda la finca, llegando a la conclusión que tenían algo demasiado bello para solo disfrutarlo ellos; por lo que tomarían la decisión de compartirlo, de reconstruir la

casa que de por sí ya tenía una historia que contar. Es así como hoy en día presentan una finca con infraestructura renovada, que ha mutado su forma de producir y de ganar, para aprovechar desde la comida hasta los desechos como nos comenta Adriana “*aquí nada se bota, todo se consume, aprendimos a aprovechar cada pedazo de tierra para cultivar relieves de plantas que sirvan de selva comestible al rededor de la casa, nos mudamos para supervisar y acelerar el proceso de reconstrucción y renovación de la casa que ahora convertimos en Lodge ecoturístico con 6 habitaciones ambientadas para ello, nos topamos con retos que hemos afrontado con aprendizaje y reestructuración, con paciencia y ensayo, entendiendo y escuchando el llamado a la naturaleza.*” Un llamado que sin duda es difícil de ignorar, que se revela ante nuestros cuerpos cada día ansiendo la iluminación del sol en nuestra piel, el placer de respirar aires serenos, de desconectar del ruido para disfrutar del sonido de la naturaleza. Una conexión difícil de plasmar en papel, que nos cuesta expresar con palabras porque más que una descripción es un sentimiento hacia nuestras raíces.

#### Suelo vivo

“*Escuchamos a nuestros amigos, familiares, o a los adultos mayores ‘me quiero retirar en una finca’, y nosotros logramos hacerlo*”, comenta Adriana, acotando además el cariño que le dan al suelo, el eje central del proyecto. Un suelo vivo al que llaman forraje, del que nos resaltan la importancia en su composición: “*El protagonista de nuestra finca es el suelo, de ahí el nombre. Entre más suelo nutrido se tiene, más bacterias benéficas, más hongos nutritivos, más insectos, más microorganismos que fertilizan naturalmente. Nosotros tuvimos que comprender que cada animal tiene un trabajo en pro del suelo o de su hábitat, cada animal tiene un trato preferencial y cada uno cumple un propósito dentro del ecosistema. Los animales con sus pezuñas y bocas estimulan el crecimiento, con sus excrementos producen más abono. De este modo cada temporada tenemos hectáreas más y más fértiles. Igualmente los mantenemos rotando unas 9 veces al año entre cada potrero, otorgándole de esta forma respiración y tiempo a la regeneración. Aprovechando durante 45 días los beneficios del sol y la magia de los microorganismos para crear una permacultura.*”

*Currently, the couple manages 2,500 hectares of lush greenery, where free-ranging animals graze and run in harmonious coexistence. “Adriana,” Thomas tells us, “is the cowgirl roaming the fields, while I handle logistics and finances—the perfect complement.” Together, they fondly recall riding across the entire farm, concluding that they had something too beautiful to keep to themselves, leading to the decision to share it and rebuild a home rich with history. Today, they present a renewed farm infrastructure that has transformed their approach to production and profit, utilizing everything from food to waste. As Adriana shares, “Here, nothing goes to waste; everything is consumed. We learned to maximize every piece of land to cultivate plant varieties that create an edible jungle around the house. We moved in to oversee and expedite the process of reconstructing and renewing the house, which we now transformed into an ecotourism lodge with six thoughtfully designed rooms. We faced challenges with patience and learning, understanding and responding to nature’s call.”*

*This call is undeniably difficult to ignore, revealed to our bodies each day as we yearn for the sun’s warmth on our skin, the pleasure of breathing serene air, disconnecting from noise to embrace the sounds of nature. It’s a connection hard to capture in words, a feeling deeply rooted in our essence.*

#### Living Soil

“*We often hear friends, family, or elders say, ‘I want to retire on a farm,’ and we’ve made that dream a reality,*” Adriana reflects, emphasizing the deep affection they hold for the soil—the project’s central focus. They refer to it as living forage, highlighting its vital composition: “*The soil is the star of our farm, hence the name. The richer the soil, the more beneficial bacteria, nourishing fungi, insects, and microorganisms naturally fertilize it. We’ve learned that each animal plays a role in enhancing the soil or its habitat; each is treated with care, fulfilling a purpose within the ecosystem. Animals with their hooves and mouths stimulate growth, and their waste produces compost. Thus, each season, our fields become increasingly fertile. We also keep them rotating about nine times a year between each pasture, giving them breathing space and time for regeneration. We take advantage of the benefits of the sun and the magic of microorganisms for 45 days to create a permaculture.*”



Ellos gozan del levantarse con la satisfacción de haber conectado con su verdadera esencia, de la curiosidad por descubrir que hay más vida en cada espacio de tierra; con el regocijo de tomar del árbol un alimento libre de toxinas, de consumir un delicioso bocado de carne sabiendo que la vida del animal fue respetada y debidamente homenajeada. En relación a este homenaje, enfatizan el hecho de haber transformado exitosamente la finca con una ganadería holística, que les permite tener la certeza que cada animal es respetado dándole el mejor estilo de vida y aprovechando hasta sus huesos -literalmente-.

Una biodiversidad sublime que se presenta como una continuidad eterna del ser, que se manifiesta en cada detalle y por donde mires.

“Hemos observado una biodiversidad en crecimiento al eliminar los químicos del suelo e incrementar el número de árboles y plantas; hemos visto regresar un sin número de pájaros y mariposas por ejemplo. Esto ha contribuido a enriquecer la fauna y los ciclos de los ecosistemas. Los pájaros se comen las garrapatas de los animales, las mariposas ayudan a la polinización, los corderos se comen el pasto, los patos a los mosquitos, las plantas de papaya además de dar fruto sirven como paraguas al acogernos con su sombra. Aprovechamos el sol y a su vez nos protegemos de él con la siembra consciente de diferentes escalones de árboles, arbustos y plantas”.

#### Cultura Know your farmer & Farm to table

De vuelta al pasado, Adriana y Thomas comentan que siendo ella maestra y él economista, rememoran su reencuentro con el inicio de toda la concientización, cuando comenzaron a practicar ejercicios crossfit, incluso llegando tener un gimnasio dispuesto para ello; llevándolos a indagar en mejores modalidades para alimentar a su cuerpo. Fue así como conocieron la dieta paleo, basada en alimentarse al estilo ‘paleolítico’ con comida rica en nutrientes y libre de químicos. Analizando esto, deciden retomar el mando de la finca al darse cuenta de la necesidad de conocer el origen del alimento y de apoyar al

granjero local a la par de consumir comida fresca.

“La cadena alimenticia está rota y quien está siendo perjudicado es el consumidor, decidimos rescatar la semilla ancestral - enfatiza Adriana con voz determinada y orgullosa de tal logro-, comenzamos a intercambiar con otros amigos granjeros, tanto conocimientos como plantas. Sembramos de todo, buscando y descubriendo poco a poco qué planta tenía mayor resistencia en su hábitat. Incentivamos un vínculo que nos ha permitido rescatar la cultura de esa semilla original para asegurarnos que subsistan sin fertilizantes sintéticos que matan la microbiota del suelo, porque esto lo envenena”.

*They relish waking each day with the satisfaction of reconnecting with their true essence, discovering the life teeming in every patch of land. There's joy in harvesting toxin-free fruits and savoring delicious bites of meat, knowing that each animal's life was honored and respected. Regarding this homage, they emphasize their successful transformation of the farm through holistic ranching, ensuring that each animal is treated with the utmost dignity, utilizing even their bones—literally.*

*This sublime biodiversity manifests as an eternal continuity of existence, evident in every detail, wherever one looks.*

*“We've witnessed a flourishing biodiversity by eliminating chemicals from the soil and increasing the number of trees and plants. Countless birds and butterflies have returned, enriching the fauna and ecosystems.*

*Birds feast on the ticks from the animals; butterflies aid in pollination; lambs graze the grass; ducks tackle the mosquitoes; and papaya trees, besides yielding fruit, provide us with their shade. We harness the sun while simultaneously shielding ourselves through conscious planting of various layers of trees, shrubs, and plants.”*

#### Know Your Farmer & Farm-to-Table Culture

*“Looking back to the past, Adriana and Thomas reflect on their journey. She, a teacher, and he, an economist, recall the pivotal moment of awakening when they began practicing CrossFit, even establishing a gym for it. This led them to explore better ways to nourish their bodies. Thus, they discovered the paleo diet, rooted in a ‘Paleolithic’ style of eating that emphasizes nutrient-rich, chemical-free foods. Recognizing the importance of knowing the origins of their food and supporting local farmers while enjoying fresh produce, they decided to take back control of their farm.*

*“The food chain is broken, and it's the consumer who suffers. We decided to rescue ancestral seeds,” Adriana asserts with determined pride. “We began exchanging knowledge and plants with fellow farmers, planting a variety of crops to discover which would thrive in this habitat. We nurtured a bond that allowed us to revive the culture of these original seeds, ensuring their survival without synthetic fertilizers that poison the soil's microbiota.”*

Al tener un amplia variedad de especies, tienen cosechas todo el año, creando un consumo por temporadas, y llevándolos a aprender a retomar la idea de no consumir lo que se quiera si no lo que la naturaleza provee asegurando de esta manera el deguste de un producto fresco y cambiante.

*"Hay temporadas de zapallo, de huevos de pato, de cordero o de vaca; la yuca nos encanta, el camote. No intentamos pelear con una semilla que no 'pegue' en este hábitat, si no que buscamos la alternativa y nos adaptamos. El mismo principio lo aplicamos a los animales, las vacas por ejemplo no las forzamos a dar leche, ya que por el sistema caluroso sería un sufrimiento para el mismo animal. Tratamos de conocer y respetar el plant kingdom, el animal kingdom y de igual forma pese a que conocemos poco sobre el fungi kingdom, tratamos de elevarlo porque sabemos que en el subsuelo es donde nace la vida misma, que allí sucede y se conecta todo. Lo que está bajo nuestros pies es lo más importante".*

De la misma manera en que el dinero no compensa el alimento, en relación a su aspecto no representativo, percedero y comestible, tampoco los pensamientos del subconsciente pueden contenerse, estamos diseñados de la misma materia que el universo, somos hechos de las entrañas del gigante rojo que nos absorbió y desprendió luego en formaciones rocosas que ahora llamamos planeta y que más tarde sería el responsable junto con la simbiosis de diferentes elementos, de la creación de organismos unicelulares que evolucionarían a posteriori en multicelulares. Subdividiéndose y creando múltiples ecosistemas, gran variedad de animales y plantas hasta desembocar en el proceso evolutivo de los homínidos. De este modo, como homo sapiens, líderes de la cadena alimenticia actual, es nuestra responsabilidad entender y respetar el curso de una naturaleza que nos precede y de la cual debemos comprender que somos parte efímera pero trascendental.

#### Soldado negro

La verdad se produce cuando el escritor toma su pluma y revela los secretos de su pensamiento. Del mismo modo la idea central de la vida renace y sigue su propio curso por más que intentemos cambiarla, esta allí, omnipresente flotando como entre pluma y papel esperando a ser aceptada. Las personas usualmente nos preguntamos si nuestra existencia carece de sentido o alberga esperanza en un mañana mejor, pero la respuesta para ello no está en las medicinas, en los fertilizantes, en los químicos y las innumerables toneladas de desechos que descartamos cada día sin darnos cuenta del daño que estamos produciendo al planeta y a nosotros mismos.

*With a diverse array of species, they harvest year-round, embracing a seasonal consumption philosophy that teaches them to enjoy what nature provides, ensuring a fresh and varied palate.*

*"There are seasons for squash, duck eggs, lamb, and beef; we adore cassava and sweet potatoes. We don't fight against seeds that don't thrive here; instead, we seek alternatives and adapt. The same principle applies to animals; we don't force cows to produce milk, as the intense heat can lead to distress. We strive to understand and respect the plant kingdom and the animal kingdom. Although our knowledge of the fungi kingdom is limited, we recognize its importance, knowing that life begins beneath our feet. What lies below is paramount."*

*Just as money cannot compensate for food's intrinsic value—its perishable and edible nature—subconscious thoughts cannot be contained. We are composed of the same matter as the universe, forged from the depths of the red giant that absorbed and later released us as the rocky formations we now call Earth. This planet, in symbiosis with various elements, birthed unicellular organisms that evolved into multicellular life, diversifying into myriad ecosystems and a vast array of animals and plants, ultimately culminating in the evolution of hominids. As Homo sapiens, the current stewards of the food chain, it is our responsibility to understand and honor the course of natural that precedes our existence, acknowledging our ephemeral yet transcendent role within it.*

#### Black Soldier Fly

*Truth emerges when the writer takes pen in hand and reveals the secrets of thought. In this regard, the central idea of life is reborn, following its own course despite our attempts to alter it; it exists, omnipresent, floating between pen and paper, awaiting acceptance. Often, we ponder whether our existence lacks meaning or harbors hope for a brighter tomorrow. Yet, the answer lies not in medicines, fertilizers, or the countless tons of waste we discard daily, oblivious to the harm we inflict upon our planet and ourselves.*







Aturdidos por la embriaguez de la información nos alejamos de la hermosa poesía que nos brinda la naturaleza, de la encantadora paciencia que se cultiva con la espera a largo plazo. Retomar la experiencia de cara al mundo real es posible, y los Patton saben como crear estos espacios viables, utilizando cada uno de sus recursos para el óptimo aprovechamiento de cada parte del ecosistema que crearon y de los animales que conviven en la finca.

*"Nada se descarta, nada es desecho, todo se aprovecha. Todo animal en esta finca tiene un rol, desde los animales que cuidan hasta los que están pastoreando hasta los perros vaqueros que arrean las vacas y se introducen hasta donde el caballo no puede llegar; las gallinas que acomodan el suelo con sus patas, que se comen las lombrices, los patos que se comen los mosquitos, y así sucesivamente cada uno de los animales cumple una misión mientras disfrutan de su hábitat natural, crecen y se reproducen a su ritmo disfrutando de las virtudes de un suelo que irradiia vida en toda su extensión".*

Tratar de buscar soluciones que regeneraran el suelo y fueran viables económicamente, descartando el ruidoso crujir de maquinarias, el uso de fertilizantes químicos y pesticidas altamente tóxicos (que incluso para esparcirlos se deben usar trajes de protección especial), fue todo un reto, una larga jornada de investigación autodidacta que nos comentan pudieron realizar, gracias al internet y la comunicación de amistades que les facilitaron el conocimiento. Filtrando entre vivencias y nuevos conocimientos para llevar a cabo sus ideas que hoy en día revelan e implementan de tal modo que dejan la naturaleza en su estado más puro. Siendo así, nos comentan uno de los más grandiosos descubrimientos que ahora lo acogen como un proyecto que les permite aprovechar la fertilización natural en un prodigioso proceso gracias a la larva de la mosca soldado negro, la cual alimentan con elementos descartables para que los biotransformen por medio de su ingesta, digiriendo estos desechos para dar como resultado un excremento rico en abono fertilizador. Siendo incluso la larva misma fuente nutritiva para ampliar el consumo de proteína viva de sus patos y gallinas, e incluso humano.

*"Somos un todo complementario, es instinto puro, no es nada innovador, nosotros solo estamos rescatando sabiduría ancestral al observar los ciclos de la naturaleza, trabajando con ella, y mostrándolos en nuestros tours agroturísticos con los que tratamos de enseñar la magia concebida en cada rincón de la finca. Un novillo se cosecha y se consume entero, de tal modo que se honra al animal. No es solo ribeye, si no todo el animal, inclusive los huesos los quemamos de una forma especial..."*

*Dazed by the intoxication of information, we drift away from the beautiful poetry that nature offers, from the enchanting patience cultivated through long-term waiting. However, it is possible to reclaim the experience of engaging with the real world, and the Pattons know how to create these viable spaces, utilizing every resource for the optimal benefit of the ecosystem they have crafted and the animals that inhabit the farm.*

*"Nothing is discarded; nothing is wasted. Everything is utilized. Every animal on this farm has a role—from the guardians to the grazing livestock, and the cattle dogs that guide the cows into areas inaccessible to horses; the hens that aerate the soil with their feet and consume worms; and the ducks that feast on mosquitoes. Each animal fulfills a mission while enjoying its natural habitat, growing and reproducing at its own pace, thriving in soil that radiates life in every direction."*

*The challenge lay in seeking solutions that would regenerate the soil while remaining economically viable, rejecting the noisy clamor of machinery, chemical fertilizers, and highly toxic pesticides (which even require special protective suits for application). This was a formidable task, a lengthy journey of self-directed research made possible by the internet and friendships that facilitated knowledge. They sifted through experiences and newfound insights to implement ideas that preserve nature in its purest state. One of their most remarkable discoveries, now embraced as a project, harnesses the natural fertilization process through black soldier fly larvae. They feed these larvae disposable materials, which they transform through ingestion, resulting in nutrient-rich fertilizer. The larvae themselves also serve as a nutritious source for their ducks, chickens, and even for human consumption.*

*"We are a complementary whole; it's pure instinct. It's nothing innovative; we are merely reclaiming ancestral wisdom by observing nature's cycles, working with them, and sharing this magic during our agrotourism tours. A steer is harvested and consumed in its entirety, honoring the animal. It's not just about ribeye; it's about the whole animal—even the bones are burned in a special manner to create fertilizer, and the entrails are fed to the black soldier fly larvae to enrich them with nutrients.*

..Para que se pueda volver abono, las tripas se las damos a la larva de mosca soldado negro para que crezcan ricas en nutrientes. La idea es que se aprecie todo el animal, si lo entierras la microbiología se lo come, sin embargo si se la das a la larva se aprovecha un poco más. La cadena de provecho en nuestra finca es la siguiente: si no sirve para el alimento humano se analiza si se lo puede comer el caballo, la vaca, el cordero, si a su vez ninguno de ellos puede consumirlo entonces pasa a la mosca soldado negro, si la mosca tiene mucha comida, entonces pasa a compost. Ese nutriente vale y tiene su propósito en algún lugar de esa cadena. Esto es la verdadera agricultura ecológica, la ganadería holística, el estilo regenerativo y conservacional”.

Desean que a la larga este proyecto que alberga a su vez otros proyectos, se convierta en un espacio para la difusión de una cultura amigable con el granjero, donde se abra la posibilidad de compartir los alimentos en comunidad consciente, y que a la larga se practique una corriente ecológica en todos sus aristas. Igualmente nos comentan su interés por abrir sus espacios no sólo como finca agroturística, que ya brinda tours y recorridos especiales por sus procesos y la granja misma; sino como un centro educativo que inculque valores y conocimientos sobre la soberanía alimentaria y que a la larga incluso pueda ser aprovechado como centro de investigación.

El planeta tiene su ritmo de agua, de sol, y no hay dinero que ayude a ganar esto ni prevalecer por encima de ello. Al igual que la raíz de la naturaleza humana es estar al aire libre, nuestra misión es entender que debemos sacar una ganancia de ella sin interferir con sus ciclos, si no más bien desarrollar una convivencia en paralelo, actuando como individuos conscientes en conjunto con la compenetración del todo, la asimilación que el verdadero lujo se encuentra en el retorno al despunte de la esencia conectada con el entorno, el degustar deliciosos platos rodeados de esplendorosa auto reflexión que nos brinda la integración animal y el suelo fértil.

Coquira Soil Project ofrece eco tours donde abren sus puertas y conocimientos para aquellos que deseen explorar la naturaleza desde otro punto de vista, de experimentar la vida en una granja y apreciar las diversas formas de vida campestre que han cultivado, cosechado, creado y administrado a lo largo de sus extensiones de tierra, complementando esta visión agroturística con la degustación de platos ‘Farm to table’, la venta de productos frescos y el bed & breakfast de su recién remodelada casa centenaria. Una vivencia real de regeneración y vida, que invita a conectar con los ecosistemas rodeados de suntuosos manglares, de exuberante vida.

...The idea is to appreciate the entire animal; if buried, microbiology consumes it, but if given to the larvae, more is utilized. The benefit chain on our farm is as follows: if something isn't suitable for human food, we determine if it can be consumed by the horse, cow, or lamb. If none can consume it, it goes to the black soldier fly; if they have plenty of food, it goes to compost. That nutrient has value and purpose somewhere in that chain. This is true ecological agriculture, holistic livestock management, regenerative and conservation-based practices.”

They aspire for this project, which encompasses others, to become a space for promoting a farmer-friendly culture—where community consciousness flourishes through shared food, fostering an ecological movement in all its facets. They also express interest in opening their spaces not just as an agrotourism farm, offering special tours of their processes and the farm itself, but as an educational center that instills values and knowledge about food sovereignty, ultimately serving as a research hub.

The planet has its rhythm of water and sun, and no amount of money can supplant that or prevail over it. Just as the essence of human nature is to be outdoors, our mission is to extract benefits from nature without interfering with its cycles. Rather, we aim to develop a parallel coexistence, acting as conscious individuals in harmony with the whole, understanding that true luxury lies in returning to the essence connected to the environment—savoring exquisite dishes amid splendid self-reflection brought forth by the integration of animals and fertile soil.

Coquira Soil Project offers eco-tours, opening their doors and knowledge to those who wish to explore nature from a new perspective, experiencing life on a farm and appreciating the diverse rural life they have cultivated, harvested, created, and managed throughout their land. This agrotourism vision is complemented by tastings of ‘farm-to-table’ dishes, fresh product sales, and a Bed & Breakfast in their recently remodeled century-old home. It's a genuine experience of regeneration and life, inviting connection with ecosystems surrounded by lush mangroves and vibrant life.





*Hemos aprendido a acomodar las plantas para que se aproveche la luz solar y las corrientes de agua, de esa forma aportan su beneficio a largo plazo. Hemos predefinido el concepto de lujo, que se ha ido a un lugar equivocado, pensamos que significa no hacer nada, pero en realidad simboliza abundancia. Para nosotros el lujo es abundancia de comida para todos, animales y humanos, el proveer con comida de calidad a nuestra familia, el observar crecer nuestras tierras, el disfrutar de una biodiversidad en apogeo, el estrechar el vínculo con amistades, el incentivar al granjero local y la cultura agroecológica, el ecoturismo y la renovación del pensamiento mismo a través de la educación y guía hacia la comprensión de nuestro entorno como parte de nosotros y de un todo universal...El ver que estamos cultivando un mañana frondoso, dejando nuestros suelos más enriquecidos cada día que pasa, que el ecosistema sigue su flujo vital al caer del crepúsculo, al amanecer despuntante del sol cada mañana. Esos son los verdaderos factores de lujo.*

“ ”

*“We have learned to arrange plants to maximize sunlight and water currents, ensuring their long-term benefits. We have redefined the concept of luxury, which has often been misinterpreted as idleness; in reality, it embodies abundance. For us, luxury signifies an abundance of nourishment for all—humans and animals alike; providing quality food sustenance for our families; witnessing our lands flourish; and reveling in thriving biodiversity. It encompasses nurturing friendships, supporting local farmers and agroecological culture, fostering ecotourism, and renewing our perspectives through education, guiding us to understand our environment as an integral part of a universal whole. We envision a lush tomorrow, enriching our soils with each passing day, as the ecosystem follows seamlessly from twilight to the dawn of each new day. These are the true essence of luxury.”*

- Thomas & Adriana