

### ***English (Original)***

Emotional strength is not something we are born with — it is something we build, step by step. Every challenge teaches us resilience, and every setback becomes a lesson. Healing begins the moment we choose to understand ourselves with honesty and compassion.

### ***German (Translation)***

Emotionale Stärke ist nichts, womit wir geboren werden — sie ist etwas, das wir Schritt für Schritt aufbauen. Jede Herausforderung lehrt uns Widerstandskraft, und jeder Rückschlag wird zu einer Lektion. Heilung beginnt in dem Moment, in dem wir uns selbst ehrlich und mit Mitgefühl begegnen.

### ***Spanish (Translation)***

La fortaleza emocional no es algo con lo que nacemos; es algo que construimos paso a paso. Cada desafío nos enseña resistencia, y cada caída se convierte en una lección. La sanación comienza en el momento en que elegimos comprendernos con honestidad y compasión.

### ***Romanian (Translation)***

Forța emoțională nu este ceva cu care ne naștem — este ceva ce construim, pas cu pas. Fiecare provocare ne învață reziliență, iar fiecare cadere devine o lecție. Vindecarea începe în clipa în care alegem să ne privim pe noi înșine cu sinceritate și compasiune.