ما در زمان رسول الله صلی الله علیه وسلم درحالی که راه می رفتیم، می خوردیم و درحالی که ایستاده بودیم، آب می نوشیدیم.

از ابن عمر رضی الله عنهما روایت است که می گوید: ما در زمان رسول الله صلی الله علیه وسلم درحالی که راه می رفتیم، می خوردیم و درحالی که ایستاده بودیم، آب می نوشیدیم.
[صحیح است] [به روایت ابن ماجه - به روایت ترمذی - به روایت احمد]

عمل صحابه رضی الله عنهم بر جایز بودن ایستاده نوشیدن دلالت می کند چون رسول الله صلی الله علیه وسلم این عمل را تایید کرده است؛ اما در خوردن و نوشیدن، افضل این است که انسان نشسته باشد؛ چون خوردن و نوشیدن رسول الله صلی الله علیه وسلم اغلب به صورت نشسته بوده است؛ از رسول الله صلی الله علیه وسلم روایت شده که از ایستاده نوشیدن نهی کرده است؛ اما این حدیث بیان می کند که نهی وارده برای تحریم نبوده است؛ بلکه ایستاده نوشیدن خلاف اولی می باشد به این معنا که بهتر است نشسته آب نوشیده و غذا خورده شود، اما اگر کسی ایستاده خورد و نوشید، اشکالی ندارد.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fa/show/4948