你们不要站着喝水。

据阿布·胡莱赖－愿主喜悦之－传述：真主的使者－愿主福安之－说：“你们不要站着喝水。” [健全的圣训] [穆斯林传述]

http://www.sunnah.global/hadeeth/zh/show/5349