أولاً: عمان في عهد بني نبهان (549-1034هـ) (1154-162م). استمرت فترة حكم بني نبهان على عمان خمسة قرون وكانت على فترتين كالاتي : واستمرت أربعمائة عام تقريباً ، 1154 م) ، وانتهت بالقضاء على حكم سليمان بن سليمان بن مظفر النبهاني الملك الشاعر المشهور ، ومبايعة محمد بن إسماعيل اماماً لعمان سنة (906هـ / 1500م) وقد تخللت هذه الفترة غزوات وحروب واجهت بني نبهان من الداخل والخارج ، الفترة الثانية : عرفت بفترة النباهنة المتأخرين واستمرت في خلال الفترة (906 - 1034هـ) (1500 - 1624م) ، وقد تخللتها أحداث مختلفة منها تنصيب الأئمة والنزاع على السلطة بين بني نبهان أنفسهم من جهة ، وفي أحيان أخرى تمكنت بعض القبائل المتمردة على حكم النباهنة من الانفراد بالساحل بعيداً عن سلطة الدولة . فعند خلو منصب الإمامة من إمام قائم بأمور الدولة لأي سبب من الأسباب ، واستمر هذا الوضع المضطرب في عمان أكثر من مائتين وخمسين عاماً ، ويبدو أن هذه الفترة خلت منها البلاد تماماً من منصب الإمام لذا كان الصراع على أشده بين قبيلة النباهنة والقبائل العمانية الأخرى ، بل بين أفراد أسرة بني نبهان أنفسهم ، ولم ينحصر التنافس والصراع فيما بين أبناء العم فقط ، بل تعداه إلى التناحر والقتال على السلطة بين الأخوة أنفسهم . ملوك بني نبهان والإمامة الإباضية : وعن علاقة ملوك بني نبهان والإمامة الإباضية ، حيث أنه بوفاة الإمام محمد بن خنبلش عام (557هـ - 1161م) سارت عمان حالة من الاضطراب والفوضى ، واستمر الحال هكذا إلى أن بويع الإمام مالك بن الحواري سنة (809هـ - 1406م) حيث استمر الوضع أكثر من (250) عاماً ، وهم : 2- الإمام مالك بن الحواري (809هـ - 832هـ) (1406 - 1428م) . 4- الإمام عمر بن الخطاب الخروصي (885 - 885هـ) (1480 - 1480م) . 5- الإمام محمد بن سليمان بن أحمد بن مفرج البهلوي (894 - 894هـ) (1488 - 1488م) . 6- الإمام عمر الشريف . 7- الإمام عمر بن محمد الربخي . 8- أبو الحسن بن عبدالسلام . 9- الإمام محمد بن إسماعيل الإسماعيلي الحاضري . (906 - 906هـ) (1500 - 1500م) علاقة بن نبهان بالقوى الخارجية : فاعتذر أبو المعالي عن ذلك متعللاً بأن عمان ليست كلها طوع يده فأشار عليه بأن يأخذ قوة من جيشه يجبر بها من لا يدفع الخراج ، وعندما رأى أبو المعالي كهلان ، تصدى له أهلها فاستشهد عدد كبير منهم وتمركز جيش الملك الهرمزي في المناطق الساحلية من ظفار حيث قاموا بنهب الأسواق ومنازل الأهالي وسلب ما في أيديهم ، وسبى رقيقهم وبلغ عدد السبي اثني عشر ألفاً وحملت تلك الأمتعة والأموال المسلوبة والرقيق على السفن ، وأمر الملك الهرمزي ثلث جيشه بمرافقة هذه السفن على أن يسبقوه إلى قلعات لكي يجتمع جيشه هناك ، وكانت نهاية الجيش البري الهلاك في الصحراء ، الغزو الثاني (674هـ / 1276م) : وهى غزوة حكام شيراز ففي عام (674هـ / 1276م) وخلال حكم الملك النبهاني عمر بن نبهان قام كل من فخر الدين أحمد بن الداية وأخوه شهاب الدين نجلي حاكم شيراز ببلاد فارس ، ولم تفلح مقاومة ودفاع أهلها عنها فاستولى عليها الغزاة في 15 من شهر ذى القعدة (الثاني من شهر مايو) ، وحرق الكتب التي عثروا عليها ، وخلال فترة الحصار أصاب سهم قائد الغزاة فخر الدين أحمد بن الداية في مقتل فخر صريعاً ، وعجل هذا الوضع في خروجهم من عمان . خصائص عهد بني نبهان : كان بنو نبهان يمثلون نظاماً سياسياً يحتا إذ أنهم كانوا ملوكاً سلكوا أسلوباً مغايراً لأسلوب الأئمة ، وإنما اتصف ذلك العهد بكثرة الصراعات والنزاعات المستمرة والتنافس الدائم على السلطة طيلة عهدهم سواء كان ذلك فيها بينهم كأفراد في أسرة بني نبهان . أو بينهم وبين الأئمة المنتخبين . وأقل ما يوصف به عهدهم انه عهد الأسر الحاكمة أو دويلات المدن ... فليس هناك حكومة مركزية قوية تفرض نفسها على البلاد بأسرها ، وقد أشارت هذه الأسباب مجتمعة سخط العمانيين عليهم ، فسموهم بالجبارة والبطانة ،